پاڪستان
ميڊيڪل
ايسوسي ايشن

نبض

ايڊز جو وڌندڙ

طوفان

- اوهان بہ ان جي ور چڙهي سگهو ٿا
- رشتن کي ٽوڙيندڙ ۽ هيانءُ ڏاريندڙ بيماري
- روزانو 16,000 ماڻهو ايڊز ۾ اڙجي رهيا آهن
- عورتون ۽ ٻار ايڊز جو آسان شڪار آهن
- جنسي بيماريون ڇا آهن؟ ڇو ٿيون ٿين؟

AIDS

Digitized by M. H. Panhwar Institute of Sindh Studies, Jamshoro.

نبض

ايڊيٽوريل سٽ

انتظامي ايڊيٽر: طارق رحمان
چيف ايڊيٽر: ڊاڪٽر عثمان غني
ايڊيٽر: ڊاڪٽر قوي هاشمي
اسسٽنٽ ايڊيٽر: جواد اصغر بلگرامي
پبلشر: ڊاڪٽر ٽيپو سلطان

صلاحڪار سٽ

پروفيسر صادقا جعفري
ڊاڪٽر سرور جهان زبيري
ڊاڪٽر انڪسار علي، ڊاڪٽر طاهر شمسي
ڊاڪٽر نير عزيز مسعودي، ڊاڪٽر ايس۔ ايم۔ مونس
ڊاڪٽر سرور جميل صديقي، ڊاڪٽر مشيت الله، ڊاڪٽر نصير بلوچ
ڊاڪٽر سيد قيصر سجاد، ڊاڪٽر حبيب الرحمان سومرو، ڊاڪٽر اسلم آرائين

بزنس مينيجر: طارق نثار
مارڪيٽنگ اينڊ سرڪيوليشن: ساجد رحمان
ٽائيٽل: ذوالفقار علي زلفي
لي آئوٽ ڪمپوزنگ: آزاد ڪميونيڪيشنز ڪراچي.

پرنٽر: فضلي سنز (پرائيوٽ) لميٽيڊ
4۔ ماما پارسي بلڊنگ، ٽيمپل روڊ، اردو بازار ڪراچي۔ 74200

نبض

خاص اشاعت: ايڊز ۽ جنسي بيماريون

ترجمو: اسلم خواجا

اظهار تشکر

ايچ آءِ وي/ ايڊز تي هن خاص ڪتاب جي مضمونن جي تياريءَ ۾ جن ڪتابن ۽ رسالن تان مدد حاصل ڪئي وئي آهي، انهن جا نالا هيٺ ڏجن ٿا. پاڪستان ميڊيڪل ايسوسيئيشن انهن سمورن ڪتابن، رسالن ۽ مضمونن جي ليکڪن ۽ سهيڙيندڙن جي ٿورائتي آهي جن جي لکڻين تان لاڀ حاصل ڪيو ويو آهي.

1_ ايچ آءِ وي ۽ ايڊز_ عالمي گهوٽالو
ايڊيٽر: ايلزبيٿ ايڊ_ ترجمو: ڊاڪٽر ابرار احمد
ناشر: مشعل، لاهور

2_ ڪتابڙا: سنڌ ايڊز ڪنٽرول پروگرام
ڪراچي

3_ جنسي بيماريون
ڪراچي ري پروڊڪٽو هيلٿ پراجيڪٽ
ڪراچي

4_ اسان جي صحت ۽ ايچ آءِ وي/ ايڊز
(تربيتي ڪتابڙو) يونيسيف (پاڪستان)

5- HIV/AIDS and Childrern: A south Asian perspective by Sadia Ahmed
Published by Save the Childern (UK), South and Central Asian Region
Khatmandu

6- AIDS Update 1999
By Gerald J. Stine
Published by, Prentice Hall, USA.

7- Where Women have no Doctor.
The Hesperian Foundation, USA.

8- The Reivew (DAWN)
10- 16 December 1998.

Special issue of NABZ on HIV/AIDS & STDs:
First published in Urdu in December 1999.
Compiled, edited, layout and produced by Abdus Salam Salami for
Pakistan Medical Association, Karachi.

چٽنگ ۽ باھ

ايڊز جيڪا Acquired Immune Deficiency Syndrome جو مخفف آهي، انسان جي مزاحمتي قوت ۽ انساني جسم جي دفاعي سرشتي کي مفلوج ڪري ڇڏي ٿي. انفيڪشن جو هر پل خطرو رهي ٿو. هر معمولي مرض مان موت جي ڀوائتي سانت جو ڏيپ ٿو ڳڙي. ان ۾ وچڙيل فرد پنهنجي پوين عملن جي صليب تي ٽنگجيو پوي.

ايڊز کي هڪ ڌار مرض طور 1981ع کان ڄاتو ٿو وڃي. 1983ع ۾ ان مرض جو تعلق ايچ آءِ وي وائرس سان ڄاڻايو ويو جيڪو هم جنس پرستي، نشي پتي لاءِ هڪ سرنج جو هرهر استعمال، شيو جو سامان يا ڏندڻ گڏيل طور تي استعمال ڪرڻ، متاثر ٿيل ڳورهاريءَ جي حمل ۽ ٻار جي ڄمڻ دوران نئين ڄاول ٻار کي لڳي سگهي ٿو.

صحت واري عالمي تنظيم جي هڪ ڪاٿي موجب ڊسمبر 1997ع تائين دنيا ۾ ٻه ڪروڙ نوي لک بالغ ۽ 15 لک ٻار ايچ آءِ وي وائرس جو شڪار ٿي چڪا هئا ۽ ان انفيڪشن پکڙجڻ جي رفتار سورهن هزار فرد روزانو هئي. اهڙي ريت 2000ع تائين چار ڪروڙ ماڻهن جي ايچ آءِ وي ٿيڻ جو اندازو آهي.

پاڪستان ۾ سماجي قدرن جا بنياد اڃا تائين قائم آهن، ان ڪري امريڪا ۽ يورپ ۾ وڌيرو ٿيل جنسي بي راه روي هتي اڃا اوتري ته ناهي پر ان ڪَر ضرور ڪڍيا آهن. هت به ايچ آءِ وي پازيٽو ڪيس مليا آهن ۽ Full Blown Picture of Aids به (جنهن کي انفيڪشن کان ايڊز جي اثرن جي شڪل اختيار ڪرڻ ۾ تقريبا ڏهه سال لڳي ويندا آهن) صحت واري وزارت جي پڌرائي موجب فيبروري 1995ع ۾ 46 ڪيس هئا، جن مان 44 گذاري چڪا هئا.

صوبي وار ورهاست ڪجهه هن ريت هئي: پنجاب 11، سنڌ 8، سرحد ۽ اتريان علائقا 10، بلوچستان4، ۽ وفاقي علائقا 13.

سله جي مرض ۾ واڌ (جيڪا مريض جي قدرتي جسماني دفاعي سرشتي کي ڪمزور ٿي ڪري) به ايڊز ۾ اضافي جو سبب آهي ۽ سله اسان وٽ هر گهٽيءَ، هر ڳوٺ ۽ هر شهر ۾ موجود آهي.

سرنجن وسيلي منشيات استعمال ڪندڙ به اسان جي معاشري ۾ تمام گهڻا آهن. ڪجهه شهرن جي مخصوص ليبارٽرين کان سواءِ، رت جي منتقليءَ کان اڳ ايچ آءِ وي اسڪريننگ جو جوڳو انتظام اسان وٽ نه هئڻ جهڙو آهي. اهي اهڙيون حالتون آهن جيڪي اسان جي معاشري کي به جهنگ جي انهيءَ باھ ۾ ڌڪي سگهن ٿيون، جنهن ۾ ٻيا ڪيترائي ايشيائي ملڪ سڙي رهيا آهن.

پاڪستان ميڊيڪل ايسوسيئيشن سدائين ”احتياط علاج کان بهتر آهي.“ تي عمل ڪيو آهي. ايڊز تي هيءُ خاص پرچو شايع ڪرڻ جو مقصد جتي عام ماڻهن، صحت ڪارڪنن ۽ انتهائي جوکم جو شڪار ڌرين کي ڄاڻ ڏيڻ آهي، اُتي ئي حڪومت ۽ صحت واري وزارت کي وينتي ڪرڻ به آهي ته ايڊز جا اُلا اسان جي اوسي پاسي به موجود آهن. اسان وٽ چٽنگ هئڻ ۽ شعلو نه هئڻ تي ايڊز کان اکيون ڦيرڻ جي ضرورت ناهي، پر هيءُ موقعو آهي صف بنديءَ جو، تياريءَ جو، رٿابنديءَ جو ۽ ان مرض کي پاڪستان جي حدن کان ٻاهر ئي رکڻ جو، ڇاڪاڻ جو جيڪڏهن اسان اڄ ان جي اهميت نه سمجهي ته سڀاڻي شايد اسان کي ان جو موقعو ئي نه ملي، ان ڪري حفاظتي اُپائن جو شعور پيدا ڪرڻ جي رٿابندي ضروري آهي.

- ڊاڪٽر قوي هاشمي
ايڊيٽر

نبض

خاص مضمون

خاموشيءَ جي سازش .... **ايلزبيٿ ريڊ** 6

ايڊز جي وبا ماڻهن کي للڪاري ٿي ته هو پاڻ ۾، ان کان محفوظ رهڻ جي خواهش پيدا ڪن ۽ ٻين کي به ان لاءِ همٿائين.

ايڊز جو وڌندڙ طوفان .... **آصف اسلم** 16

ايڊز في الحال پاڪستان ۾ سنگين حدن کي ڇُهي نه پئي، پر ان جو مطلب اِهو ناهي ته اسين ان کان غافل ٿي وڃون.

عورتن کي مات ڪرائيندڙ طاقت .... **ايمي موادي** 27

گذريل ورهين جو بار کڻي جيئندڙ هڪ همت ڀري عورت جي ڪهاڻي

ايڇ آءِ وي ۽ ايڊز 32

دنيا جي موتمار ۽ تباهه ڪُن بيماري، جنهن جو ڪو علاج ناهي.

وبا جي چانوري ۾ .... **شيامالانت راڄ** 40

ايڊز جي منهن ڪيڏڻ ماڻهن کي ڪجهه اهڙن روين ڏانهن متوجه ڪيو آهي، جيڪي پهرين ناممڪن هئا.

ٻارن کي ايڊز بابت ٻڌائجي؟ .... **ڊاڪٽر سيد اسلم** 48

غربتِ ۽ اميريءَ جو فرق، ايڊز جي حوالي سان ٻارن جي زندگين تي به اثرانداز ٿي رهيو آهي.

ٻار ايڊز جي نشاني تي .... **محمد عبدالصبور** 60

ٻار نه رڳو ايڊز ۾ مبتلا ٿي رهيا آهن، پر ان جي پکيڙڻ جو ذريعو به رهيا آهن.

قاتل وبا .... **ڊاڪٽر ابتهاج خرم** 66

سائنسدان سهمت آهن ته ايڊز جا 90 سيڪڙو واقعا جنسي بي اعتداليءَ سبب ٿين ٿا.

انڊونيشيا جي عورتن ۾ ايڊز جو پکڙجڻ 75

ڪجهه عورتن کي پنهنجي مرض جو پتو هوندو آهي، پر اُهي لڪائڻ جي ڪوشش ڪن ٿيون.

مشوري کان سواءِ ايڊز جي چڪاس .... **ڊاڪٽر سيد عبدالمجيب** 79

خاص اشاعت

ايچ آءِ وي/ ايڊز ۽ جنسي مرض

خاص حصو

عورتون ۽ ايڊز 82

ايڊز جو خطرو سمجهڻ ۽ ان کان محفوظ رهڻ بابت عورتن لاءِ خاص مضمون.

جنسي مت ڀيد، ايڊز پکڙجڻ جو اهم سبب آهي 112

جيڪڏهن عورتن ۾ ايڊز جو انفيڪشن محدود يا ختم ڪرڻو آهي ته مردن کي عورتن سان گڏجي ڪم ڪرڻو پوندو.

ايڊز چهره به چهره روبرو 115

سڄي دنيا مان ايڊز جي شڪار ٿيندڙن جا دکدائڪ قصا

جنسي مرض ڇا آهن، ڪيئن پکڙجن ٿا؟ 119

جنسي تعلق وسيلي پکڙجندڙ بيمارين بابت ڄاڻو ۽ انهن کان بچو

ايڊز، گڏيل قومون ۽ پاڪستان 126

دنيا جي تباهي ڀريل وبا خلاف جنگ لاءِ گڏيل ڪوششون ڪيون پيون وڃن.

ايڊز، حق ۽ ذميواريون 128

ايڊز رڳو صحت لاءِ ئي خطرو ناهي، ان سان انساني عزت ۽ وقار جا حق به متاثر ٿين ٿا.

ڇا جنسي مرض علاج جوڳا آهن؟ 135

علامتن جو پتو نه هئڻ سان مريض کي جنسي مرضن جي خبر ته نه پوندي آهي، پر اُهي جسم ۾ هوندا ضرور آهن.

خاموشيءَ جي سازش

انساني فطرت ۾ غلطي ڪرڻ جي ڪمزوري، اُها صورتحال پيدا ٿي ڪري جنهن ڪي خاموشيءَ جي سازش سڏيو ويندو آهي.

ايلزبيٿ ريڊ

ايچ آءِ وي جي وبا پنهنجي اندر ۾ تباهي ۽ درمان ٻنهي جي سگهه رکي ٿي. انهن مان جيڪا ٻه سگهه چائنجي وئي ته ان سان اسان کي پنهنجي ذاتي ۽ معاشري جي صلاحيتن جو ڪاٿو ٿيندو. ان بيماريءَ ۾ زال مڙس کي هڪ ٻئي کان ڌار ڪرڻ جي صلاحيت آهي، اها مائٽن ۽ ٻارن کي ڌار ڪري ڇڏيندي آهي. اها هڪ فرد کي ٻئي خلاف ڪري ڇڏي، هڪٻئي کان لاتعلق ڪري ڇڏي ۽ بيعزتي ۽ غيرانساني روين کي هٿي ڏئي ٿي. اها غربت جي شدت کي وڌائيندي ۽ شاهوڪارن کي غريب ڪندي آهي. اها سگهارين ۽ ڪمزور قومن ۽ فردن کي پنهنجي ڄار ۾ ڦاسائي ٿي. هاڻ جيئن جيئن ان وبا جي اصل صورتحال سامهون پئي اچي، متاثر ٿيل ڪٽنبن ۽ آبادين ۾ ان جي تباهي جا اثر ظاهر ٿي رهيا آهن. ان بابت مختلف ردعمل سامهون ٿا اچن، ڪٿي ان جي موجودگيءَ کان انڪار ڪيو ٿو وڃي ته ڪٿي وري ڪن ٿار ٿي ڪجي. ان وبا بابت ذاتي ڄاڻ، ان جي اثرن ۽ ذاتي تجربي ۽ آئيندي بابت پوائتي تاثر سبب ڳُٽي ۽ ان جي تڪڙي ازالي جو احساس پئدا ٿيو آهي.

انساني فطرت ۾ غلطي ڪرڻ جي جيڪا ڪمزوري موجود آهي، تنهڪري اُها صورتحال پئدا ٿي پوندي آهي، جنهن کي 'خاموشيءَ جي سازش' سڏيو ويو آهي. احساسن ۽ خدشن تي ڌيان نٿو ڏريو وڃي. اسان جا پيارا بيمار ٿيو پون ۽ اسين

ان وبا جون تباهي پريون طاقتون گڏهه گڏوهه ۾ وڌنديون آهن ۽ عوامي پاليسيون دٻ، لڄ، ڏوهه جي احساس ۽ رازداريءَ کي هٿي ڏينديون آهن.

خاموش ٿا رهون. مستقبل جو خيال ڪرڻ بنا ٻار پئدا پيا ٿين. انهيءَ پيڙا پري صورتحال ۾، زالون ۽ مڙس هڪٻئي لاءِ اوپرا بڻجيو وڃن. ڪٽنب هڪٻئي سان پنهنجا ڏک نٿا ونڊين، ٻار هڪ اڻجاتل ڊپ جو شڪار ٿا ٿين. جڏهن ماڻهو اهڙي خاموشيءَ جي گهيري ۾ هجن ته جنسي اُڌمام هڪ سانت ناتڪ، جي شڪل ۾ پنهنجو اظهار ڪن ٿا. مائٽ پنهنجي ٻارن سان ڳالهيون سلڻ نٿا چاهين. ساٿي ڪم جي مستقبل بابت ڳالهه ٻولهه نٿا ڪن.

سياسي اڳواڻن کي ڳالهائڻ جو حوصلو نٿو ٿئي. ان وبا جون تباهيءَ پريون طاقتون اهڙي ئي رازداريءَ سان وڌن ويجهن ٿيون ۽ "عوامي پاليسيون جيڪي ڊپ، لڄ، ڏوهه جي احساس ۽ رازداري کي هٿي ڏين ٿيون، وبا جون ساٿي بڻجيو وڃن."

جڏهن وائرس ڪنهن معاشري يا ڪٽنب ۾ داخل ٿئي ٿو ته هڪ شڪست نه اچي سگهندڙ صورتحال جنم وٺندي آهي. روزانو ڇهه هزار يا ان کان به وڌيڪ ماڻهو بيماريءَ جو شڪار ٿا ٿين. پيار ۽ مزي سبب ڪين احساس ئي نٿو ٿئي ته ڪا اوچتي تبديلي اچي چڪي آهي. زندگي هٿن مان نڪري ٿي وڃي ۽ اهي ماڻهو وائرس ٻين تائين پکڙيندا ٿا وتن، جن ۾ سندن ڪٽنب جا ڀاتي به شامل هوندا آهن. ان ريت بالغ فردن جي موت جو سبب بڻجندڙ جنگين جي اُبتڙ هن صورتحال جا سڄي ڪٽنب تي اثر پون ٿا. ٻئي زال مڙس ۽ هڪ يا وڌيڪ ننڍا ٻار انفيڪشن جو شڪار ٿين ٿا. هو ڪنهن شڪ کان سواءِ حياتي گهاريندا ٿا رهن، تان جو منجهائن هڪ، جيڪو اڪثر ٻار هوندو آهي، بيمار ٿيو پوي. پيڙا جي شروعات اُن مهل ٿيندي آهي جڏهن ايچ آءِ وي يا ايڊز جي تشخيص ٿئي ٿي.

ان وبا جي ٻن جذباتي صدمن مان هڪ پيڙا آهي. پاڻ_ تذليل، ڏک ۽ تڪليف ختم نه ٿيندڙ آزار آهن. ڇا آءٌ به بيمار آهيان؟ ڇا مري ويندس؟ ڇا منهنجا ماءُ پيءُ مرڻ ڪنڌيءَ تي آهن؟ ڇا مون تي ڏوهه مڙهيو ويندو؟ هربرٽ ڊينيل لکي ٿو: "ان وبا جو پهريون وار شديد اخلاقي پيڙا جو تجربو ٿئي ٿو."

اُسرندڙ ملڪن ۾ ماڻهن کي انفيڪشن جو شڪار ٿيڻ بابت پتو ئي اوڏي مهل ٿو لڳي جڏهن هو بيماريءَ جي

تعارف

ايلزبيٿ ريڊ، گڏيل قومن جي ترقياتي پروگرام (UNDP) نيويارڪ ۾ ايچ آءِ وي ۽ ترقياتي پروگرام جي ڊائريڪٽر آهي. ان اداري ۾ نوڪريءَ کان اڳ هُن آسٽريليا واسطي ايچ آءِ وي/ ايڊز قومي پاليسي جوڙي. ڪيس ايشيا، ٻحرالڪاهل جي ملڪن، وچ اوڀر ۽ آفريڪا ۾ ترقياتي سهائتا مهيا ڪرڻ جو وسيع تجربو آهي.

سڀ کان وڏيڪ پرجوش گهُر اها آهي تہ ان وبا متعلق اخلاقي ضابطو جوڙيو وڃي. اهڙا اخلاقي اصول ٺاهيا وڃن جيڪي اسان جي سوچ ۽ ردعمل جي سرواڻي ڪن.

پڄاڙڪي مرحلي تي رسي چڪا هوندا آهن. تڏهن وقت ئي نہ هوندو آهي جو شين کي سهيڙي سگهجي، خدا ۽ پنهنجي پيارن سان سلامتيءَ واري صورت پيدا ڪري سگهجي، پنهنجي ٻارن ۽ ساٿين تائين ڄاڻ ۽ هُنر پهچائي سگهجي يا متاثر ٿيلن جي آئيندي لاءِ ڪا رٿابندي جوڙي سگهجي. وائرس سميت جيئرو رهڻ سکڻ لاءِ مُهلت ئي نٿي ملي.

اهو چاٽي تہ سندس ماءُ پيءُ بيمار آهن، ٻار پاڻ کي ڊنل ۽ غيرمحفوظ محسوس ڪن ٿا. سندن ڇا ٿيندو؟ موت ڪانئن هڪ اهڙو فرد کسيو وڃي جنهن سان هو محبت ڪن ٿا، پوءِ پيو ۽ پوءِ ٿيون. ماءُ پيءُ جي بيماري کين اهڙي پيڙا جو ڪاچ ٿي بڻائي جو هو جيئڻ جي سَڌ وڃايو ويهن. هو پيڙا سميت جيئرو رهي ٿا سگهن. ماءُ پيءُ جي موت سبب، ٻار اڪثر گڏجي رهڻ ۽ ٻچي پوڻ ۾ ڏکيائي محسوس ڪن ٿا. جيڪڏهن ڪو سندن سارسنڀال ۽ مدد نہ ڪري تہ مايوس ٿي ويندا آهن، شهرن ۾ هيڏانهن هوڏانهن پکڙجي ويندا آهن، بازارن ۾ وارداتون ڪرڻ شروع ڪندا آهن، ڦرلٽ ۽ جنسي بي ضابطگين ۾ ڦاسي پوندا آهن.

دنيا ۾ اهڙن علائقن جو ڳاڻيٽو وڌندو پيو وڃي، جتي اهو پاڳ ڪن ايڪڙ ٻيڪڙ نہ پر انيڪ ڪٽنبن جي تقدير پيو بڻجي ۽ ڪجهہ علائقن ۾ تہ ڇئن مان هڪ ڪٽنب جو اِهو حال آهي. جيڪڏهن اهو ناقابل برداشت مرض ان ريت پکڙبو رهيو تہ . قومن جي زندگيءَ کي ئي خطرو لاحق ٿي ويندو.

پر ان وبا جي مرڪز ۾ ئي، چُنائڻ جي سگهہ بہ موجود آهي. اُميد جي روشني، ٽهڪ جو آواز ۽ پيار جو پڙلاءُ بہ موجود آهي. اهو ٻيو جذباتي پاسو آهي. پيغمبرائي اهميت جو اهڃاڻ. ان ۾ صلاحيت آهي تہ اها ماڻهن جي بهترين صلاحيتن کي سامهون آڻي. اها انساني فطرت ۽ ناتن بابت گهري نظر پيدا ڪري ٿي. ان وبا کي سمجهڻ ۽ ان بابت ردعمل ظاهر ڪرڻ لاءِ اسان کي روزمره زندگي ۽ انساني فطرت جون سموريون پيچيدگيون، تضاد ۽ انساني ناتن جي اظهارن ۽ تهن کي سمجهڻ جي ضرورت آهي.

هيءَ وبا ماڻهن کي للڪاري ٿي تہ هو پاڻ ۾ ان کان محفوظ رهڻ جي خواهش پيدا ڪن ۽ ٻين کي ائين ڪرڻ تي راضي ڪن. اها تندرست ۽ بيمار ٻنهي قسمن جي ماڻهن ۾ جيئرو رهڻ جي خواهش پيدا ڪري ٿي. ”مون کي ايچ آءِ وي آهي ۽ آءٌ جيئرو آهيان.“ هربرٽ ڊينيل پنهنجي اڄ ۽ سڀاڻي جو آڌرڀاءُ ان ريت ٿو ڪري.

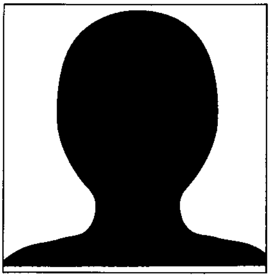
غير روايتي طور تي شايد ماڻهو ان جي قابو ۾ اچي ويا آهن. هو هڪ ٻئي سان ڳالهہ ٻولهہ شروع ٿا ڪن، بنان هٻڪ جي ڳالهائين ٿا، تنظيمون ۽ گروهہ جوڙين ٿا تہ جيئڻ هڪ مختلف زندگي ۽ هڪ مختلف آئيندي جا سپنا ڏسي سگهن. هو سانت

تـوڙڻ جي شروعات ڪن ٿا.

اهڙي وبا جي موجودگيءَ ۾ رهڻ جڻ هڪ للڪار قبولڻ آهي. نڪ ڊيوڪيمپو ۽ جومار فيلرس چون ٿا ”اسين نااُميد ماڻهو ناهيون. اسين بچي ويندڙن واري قوم آهيون جيڪي بربادي ۽ تباهيءَ جو سٽيو گره ٽٽا بڻجن.“ اها ئي وصف آهي جيڪا اميد کي مان ٿي ڏي ۽ ٽهڪ ڏيڻ جي اجازت ٿي ڏي. اها اهڙي صلاحيت آهي جيڪا پيڙا جي زماني ۾ مقابلو ڪرڻ ۽ پهنجو پاڻ کي حالتن آهر نـهڪائڻ جي سگهه ٿي ڏي.

پر اها ان ڪان به وڌيڪ ڪجهه آهي، اها تبديل ڪرڻ واري سگهه آهي جيڪا تصور ۾ لڪيل آهي ۽ جيڪا جيئڻ آهي کي جيئڻ هئڻ گهرجي ۾ بدلائڻ جا امڪان پئدا ٿي ڪري. اها سگهه سانت ۽ ڊپ کي ميڄڻ ڪان انڪار يا اجا ائين چئجي ته سموري انساني ردعمل کي تبديل ڪري هڪ وابستگي ۽ تعلق پئدا ٿي ڪري. سوچڻ سمجهڻ جي صلاحيت، پنهنجي ذات ۽ ٻين لاءِ هڪ وسعت ٿي پئدا ڪري. دنيا ۽ ان جي بي انت آئيندي کي وشالتا ٿي بخشي. اها مفلوج ڪندڙ خاموشيءَ کي ڪمزور ٿي ڪري. حقيقت تصور مان جنم وٺندي آهي ۽ تصور پئدا ڪرڻ جي اها پراسرار صلاحيت روح ۾ جنم وٺندي آهي.

ان ڪري انهيءَ وبا جي سمورين پيڙائن جي باوجود جتي به ماڻهو هڪ ٻئي جو خيال ٿا رکن، اميد پئدا ٿئي ٿي. اهڙي ڪٽنب سان پنهنجائپ ۽ پاڙيسريءَ لاءِ ڳڻتي ڊپ جي جاءِ والارين ٿا. جتي هڪ ماڻهو اڳتي وڌي ٻئي جي مدد ڪرڻ ٿو لڳي اُتي اميد جا ترورا ٿا پسجن. اها اميد غير حقيقي ناهي، اها مقابلي جي صلاحيت ۽ جيئري رهڻ جي سڌ جي انڪشاف ۾ ڳوهيل آهي ۽ اُن جذبي ۽ قوت سان ٽمٽار آهي، جيڪا جيئرو رهڻ تي هرڪائي ٿي. اها تصور ڪرڻ جي صلاحيت ۾ ڳوهيل آهي ۽ اها ئي واحد شيءِ آهي جيڪا ماڻهن کي ان نقصان ۽ ختم نه ٿيندڙ پيڙا مان ڪڍي ويندي. ”اميد جيون جي عمارت جو بنيادي پٿر آهي.“



هن لکڻيءَ جي سڀ کان پرجوش گهر اها آهي ته ان وبا بابت اخلاقي ضابطو جوڙيو وڃي. اهڙا اخلاقي اصول ناهيا وڃن جيڪي اسان جي سوچ ۽ ردعمل جي سرواڻي ڪن، پر اهڙي اخلاقيات نه، جيڪا الزام تراشي، ٻين جي اصلاح يا پاڃ سان تعلق رکندڙ هجي.

اڪثر پهريون ردعمل اهو هوندو آهي ته اهڙي مريض کي ڌار ڪيو وڃي. ان ريت ڪيس سزا ڏني وڃي. اصل ۾ اُن وقت هو پاڻ لچ محسوس پيا ڪندا آهن. هن لکڻيءَ ۾ فرضن سان وابستگي، هڪ ٻئي جو خيال ڪرڻ، متحد ٿيڻ، تعلق، برادري

ان بيماريءَ ۾ زال مڙس کي هڪ ٻئي کان ڌار ڪرڻ جي صلاحيت آهي، اِها مائٽن ۽ ٻارن کي به ڌار ڪريو ڇڏي.

انيڪ عورتون جن پنهنجي مڙسن کان سواءِ ڪنهن ٻئي سان جنسي ناتا ناهن رکيا، پنهنجي مڙسن جي روش سبب وائرس جو شڪار ٿيل آهن.

۽ مدد جي تصورن کي سامهون آندو ويو آهي. اسان کي روايتي ثقافتي قدرن ۾ ”تلنگن“ جهڙي قدر کي جيئرو رکڻ گهرجي، جيڪا ڪنهن به آباديءَ ۾ تعلق ۽ شموليت تي زور ٿي پري ۽ ’دامانيا‘ جي روح موجب آبادين ۾ ايڪتا ۽ هڪ ٻئي سان گڏجڻ واري احساس کي هٿي ٿي ڏي. ”اسان کي گهوٽالي ۽ تباهي جي ٻوليءَ کان پري ٿيڻ کپي جيڪا ايچ آءِ وي بابت مباحثن ۾ داخل ٿي چڪي آهي. هڪ اهڙي ٻولي اختيار ڪرڻ جي ضرورت آهي جيڪا نراسائي بدران اُميد جا ڇٽ جوڙي.“ ۽ اوماري هاروناڪوڪول چوي ٿي، ”ايچ آءِ وي اجتماعي بيماري آهي.“

اسان کي اهڙي لغت جي گهرج آهي جيڪا ذميواري، ارادي ۽ جتي ضروري هجي اُتي ”قتل“ جي گهر ڪري. ”انيڪ عورتون جن پنهنجي مڙسن کان سواءِ ڪنهن ٻئي سان جنسي ناتو ناهي رکيو، سي پنهنجي مڙسن جي روبي سبب وائرس جو شڪار ٿي رهيون آهن.“ اهڙو قانوني نظام جيڪو عورتن کي قانوني امداد فراهم ٿو ڪري، يا بيمارن کي سزا ڏيڻ جي ڳالهه ٿو ڪري، کي تبديل ڪرڻ جي ضرورت آهي. حڪومتن کي سنڌن بي عملي جي سزا ملڻ گهرجي. ان اخلاقي ضابطي ۾ مذهبي ادارن ۽ وڪيلن کي شامل ڪرڻ گهرجي، پر اهو ڪم مڪمل طورتي متن نه ڇڏڻ گهرجي. ان ۾ هر شخص شامل آهي ۽ هر ڪنهن کي پوٽاميل لاءِ موجود هئڻ گهرجي.

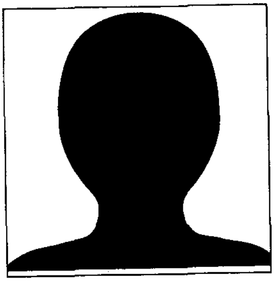
ان واسطي جن اصولن جي ڳولا ڪئي پئي وڃي سي ان روايتي اخلاقي لغت ۾ موجود ناهن جيڪا انساني حقن ۽ انصاف جي ڳالهه ٿي ڪري. اهي اصول ته تعلق، پنهنجائپ، ايڪي، برادري ۽ اعتماد جهڙن اخلاقي تصورن سان سلهاڙيل آهن. اهي اهڙا اطلاع آهن جيڪي انسانن جي پاڻ ۾ ناتن بابت آهن ۽ ڪنهن هڪ فرد سان لاڳاپيل ناهن. ان ڪري انهن اصولن ۾ هڪ ٻئي تي انحصار جو اخلاقي تصور مرڪزي حيثيت اختيار ڪندي نظر ٿو اچي. ”جديد معاشرن ۾ ڪڏهن به اهڙو وقت نه آيو آهي، جڏهن پنهنجي بقا لاءِ انسانن جو هڪ ٻئي تي انحصار ايتري قدر اهميت حاصل ڪري ويو هجي.“

پاڻ ۾ تعلق ۽ شرڪت جي ان اخلاقي ضابطي ۾ حقن، ذميوارين ۽ سماجي انصاف واسطي تمام گهٽي گنجائش موجود آهي، هن لکڻي ۾ ايچ آءِ وي ۽ ايڊز جي قومي پروگرامن ۾ اهڙن اصولن ۾ اهڙي ٻوليءَ جي اڻهوند تي افسوس جو اظهار ڪيو ويو آهي. مثال طور، شاملات راڄ پيشي وراڻي اخلاقيات جي هڪ وڏي خاميءَ جو ذڪر ٿي ڪري ته هڪ ڊاڪٽر هڪ عورت کي سنڌس ايچ آءِ ويءَ جو شڪار ٿيڻ بابت ته نه ٻڌايو پر هڪ اخباري خاطو کي ان بابت ٻڌائيندي ويرم ئي نه لڳايائين. ”هيٺيءَ ۾ مردن جي تربيت تي زور نه ڏيڻ سبب،

صحت جي حفاظت وارين پاليسين ۾ مردن کي ذميوارين کان آجو قرار ڏنو ٿو وڃي، جڏهن ته انهيءَ ويساهه کي هٿي ڏني ٿي وڃي ته ايچ آءِ وي عورتن جي بيماري آهي.“

”اهو انساني حقن جو معاملو آهي. اهڙا قانون تبديل ٿيڻ گهرجن ۽ انهن حقن جي پنپرائي وارا نوان قانون جوڙڻ گهرجن.“

حقن ۽ انصاف جي انهن تصورن کي باهمي امداد ۽ انحصار جي اخلاقيات ۾ شامل ڪرڻ گهرجي. باهمي انحصار جون ڪيتريون ئي صورتون بيان ڪيون ويون آهن ۽ انهن مان هر ڪنهن جو ذڪر ڪيو ويو آهي. انهن مان پهريون آهي مردن ۽ عورتن جو هڪ ٻئي تي انحصار، عورت اڪيلي سر وائرس ختم ڪرڻ جو ڪم نٿي ڪري سگهي ۽ نه ئي هوءَ ان وائرس جا انفرادي، سماجي ۽ معاشي بار اڪيلي سر کڻي سگهي ٿي. اُهي عادتون ۽ رويا جن جي آڌار تي عورت کي هيٺو سمجهيو ويندو آهي، تبديل ڪرڻا پوندا. زال جي وراثت، مڙس جي گذاري وڃڻ کان پوءِ ملڪيت ڦرجي وڃڻ، ڪين غير فطري جنسي عمل جو نشانو بنائڻ، پئدا ٿيندڙ ڇوڪرين کي ماري ڇڏڻ، شادي يا ان کان سواءِ زوري ڏاڍائي ڪرڻ، ڏاج سميت ڪيترائي اهڙا معاملا آهن، جن ۾ مردن کي شامل ڪرڻ انتهائي ضروري آهي. مردن ۽ عورتن ۾ مقابلي بدران عمل ۾ سهڪار تي ڌيان ڏيڻ سان اهو ڪم ٿي سگهي ٿو. اهڙا واقعا سامهون اچڻ شروع ٿيا آهن، جن موجب زال مڙس جي ناتن ۾ تبديلي ٿي اچي ۽ نوجوان عورتون، حفاظت جي ضمانت کان سواءِ جنسي ناتا قائم ڪرڻ کان انڪار ٿيون ڪن پر اجاتائين اهي واقعا تمام ٿورا آهن. اڪثر عورتون محسوس ٿيون ڪن ته هو پنهنجي ۽ ٻارن جي حفاظت اوستائين نٿيون ڪري سگهن جيستائين مرد ۽ عورت هڪ ٻئي جي احترام ۽ اعتبار جي بنياد تي ناتا نٿا جوڙين ۽ جيستائين هو اُداسي ۽ پيڙا، سارسنڀال ۽ صلاح مشوري جو بار پاڻ ۾ نٿا ورهائين، ان وبا تي قابو پائڻ ممڪن ناهي.



بيماريءَ جي متاثر ٿيلن ۽ انهن ماڻهن وچ ۾ جيڪي اجا تائين سڌو سنئون متاثر ٿيل ناهن، باهمي انحصار هڪ ٻي صورت آهي. بيمار ۽ سندن ويجها عزيز، سڀ کان وڌيڪ اثرائتو ڪم ڪندڙ ۽ تبديليءَ جا نمائندا آهن، جن کي ان وبا اڳتي ڪري ڇڏيو آهي. هو اسان کي ان حقيقت جون جهلڪيون ٿا ڏيکارين ته ڪهڙي ريت اهو هاجو انسان کي وڌيڪ بااختيار ٿو بڻائي. سندن طرفان آواز اٿارڻ کان سواءِ ماڻهن کي پتو ئي نٿو لڳي سگهي ته ڪيتري حد

سماجي تنظيمن ۽ حڪومتن وچ ۾ هڪ اهڙي سماجي ناهه جي ضرورت آهي جنهن ۾ سندن قوتن، حقن ۽ ذميوارين کي جداگاڻي حيثيت ۾ سڃاتو وڃي.

اُسرندڙ ملڪن ۾ ماڻهن کي انفيڪشن جو پتو تڏهن ٿو لڳي، جڏهن هو بيماريءَ جي آخري مرحلي تي پهچي چڪا هوندا آهن.

تائين وائرس سندن ڪٽنبن ۽ آبادين ۾ داخل ٿي چڪو آهي ۽ ماڻهن جي زندگين تي ان جا ڪهڙا اثر پئجي رهيا آهن. متاثر ٿيل فرد اسان کي ٻڌائين ٿا ته هو ڪهڙي ريت انهيءَ وبا سان ٻي ڊپا ٿي باعزت طريقي سان جيئرا رهي سگهن ٿا. هو ماڻهن کي اهو سمجهڻ ۾ مدد ڪري رهيا آهن ته وائرس جي انهيءَ دور ۾ هو ڪهڙي ريت جنسي خواهش ۽ جنسي جذبن جو اظهار ڪن. بيمار ماڻهو، جيڪي هاڻ وڏي تعداد ۾ آهن، شايد اُهو سگهارو ترين ذريعو آهن، جيڪو قومن وٽ موجود آهي، پر جيڪڏهن ڪين ڳالهائڻ جي صورت ۾ توهين، ڌڪار يا مت ڀيد واري سلوڪ جو نشانو بڻايو ويو ۽ ڪين ٻي واهرو ڇڏيو ويو ته هو لڪيل ۽ خاموش ئي رهندا. ان وبا جي آسيب هيٺان هو ۽ اسين هڪ ٻئي سان ٽڪراءُ ۾ نٿا اچي سگهون، جيئن هربرٽ ڊينيل چٽن لفظن ۾ چوي ٿو ته، اسين سمورا انهيءَ وبا کان متاثر ٿيل آهيون، پوءِ ڀل سڌي طرح يا اڻسڌي طرح، ڇاڪاڻ جو اسين سڀئي انهيءَ جي اندر پيا رهون.

هڪٻئي تي انحصار جو ٽيون روپ هاڻوڪي ۽ ايندڙنسل وچ ۾ آهي. سولن لفظن ۾ اهو چئي سگهجي ٿو ته هاڻوڪو نسل ايندڙ نسل کي جيون جو تحفو ڏيڻ لاءِ قرضي آهي. ان ڪري جو اسان ان کي تخليق ڪيو آهي. ان هوندي به جيئن نورين ڪليبا ڄاڻائي ٿي ته، ان نسل جا اڪثر مرد ئي آهن، جيڪي ڪيڏي ڪيڏي مهل انتهائي ظالمانڻي انداز سان نئين نسل جي ڇوڪرين ۽ نوجوان عورتن کي بيمار ڪري رهيا آهن. اسان کي نئين نسل اڏو هڪ ٻيو قرض به چڪائڻو آهي ۽ اُهو جيئري رهڻ جوڳي زندگيءَ جي فراهمي آهي. ان واسطي ان نسل جي لڄ ۽ خاموشيءَ کي ٽاسيرو رکڻو پوندو ته جيئن مائٽ پنهنجي ٻارن کي ڄاڻائي سگهن ته اها بيماري ڪيئن لڳندي ۽ ڪيئن وچڙندي آهي. ڪين هر ممڪن مدد ڏيڻ گهرجي جنهن وسيلي هو وڌ کان وڌ عرصو جيئرو رهي سگهن، پنهنجي ٻارن جي پالنا ڪري سگهن ۽ ڪائن پنهجي سارسنڀال ڪرائي سگهن. ايندڙ نسل کي ان نسل جي ميسارجي ويندڙن يعني پنهنجي ماءُ پيءُ جي وٿي ڀرڻ لاءِ گهڻو ڪجھ ڪرڻو پوندو.

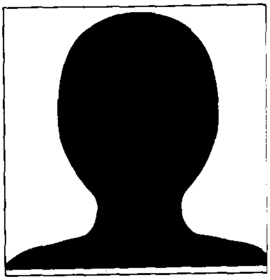
چوٿين قسم جو مثال حڪومتن ۽ آبادين وچ ۾ هڪ ٻئي تي انحصار آهي. هر هنڌ وائرس پکڙجي ٿو ۽ فرد ۽ آباديون پنهنجو ردعمل ظاهر ڪن ٿيون، سندن ردعمل اسان کي حوصلو ٿو ڏياري ته ان وبا تي ڪنٽرول ڪري سگهجي ٿو ۽ ڪهڙي ريت ڏاهپ ۽ پڪي ارادي سان اهو سيڪجھ ڪرڻ ممڪن آهي. پر ردعمل ظاهر ڪرڻ جي ذميواري رڳو فردن، ڪٽنبن ۽ آبادين تي ئي نٿي لاڳو ٿئي، حڪومتن کي به گهرجي ته اُهي مناسب ماحول پيدا ڪن، خاص طور تي مناسب اخلاقي، قانوني ۽ انساني حقن جي تحفظ

وارو ماحول پيدا ڪن جنهن ۾ رد عمل جو وڏي واڪي اظهار ڪري سگهجي. حڪومتون خاطري ڏيارين تہ ضروري شيون ۽ خدمتون جهڙوڪ ڪنڊوم، رضاڪارانہ صلاح، چڪاس جون سهولتون وغيره سولائي سان ۽ مناسب اگهن تي فراهم ٿينديون.

معاشري جي توانائين، خوراڪ، غور فڪر تي صرف ٿيندڙ وقت، صلاح مشوري جي فراهمي، ٽرانسپورٽ جي ميسري، محنت، فنڊ ۽ بار جن جي سارسنڀال لڏي ٿي وڃي. سميت سمورن وسيلن کي هٿي ملڻ گهرجي. اهي وسيلا لامحدود ناهن پر ان وبا هٿان ختم پيا ٿين. اهي وسيلا عام طور تي جوڳا ناهن هوندا. هر ڪميونٽي ۽ ان جي تنظيمن کي پتو آهي تہ ڪين پنهنجي جدوجهد جاري رکڻ لاءِ ڪهڙن اضافي وسيلن جي گهرج آهي. ڪين اهو اختيار ملڻ گهرجي تہ هو ٻين جي سامهون انهن وسيلن جو ذڪر ڪري سگهن، اهي چونڊي سگهن، اهي ڪتب آڻي سگهن ۽ ان استعمال بابت خود احتسابيءَ مان لنگهن.

سماجي تنظيمن ۽ حڪومتن وچ ۾ هڪ اهڙي سماجي ناهہ جي گهرج آهي، جنهن ۾ سندن قوتن، حقن ۽ ذميوارين کي ڌار ڌار ڄاتو وڃي ۽ اهڙا طريقا ڳولهي لهي سگهجن جيڪي منجهن ربط پيدا ڪري سگهن. هڪ ٻئي جي تجربن ۽ مشاهدن مان لاڀ پرائي سگهن ۽ گڏجي ڪم ڪري سگهن. باقاعدي يا بي قاعدي طور تي ٿيندڙ اهو سماجي ناهہ هڪ ٻئي جي احترام ۽ اعتبار تي قائم هئڻ گهرجي. ممڪن آهي تہ اهو ڪم سولو نہ هجي، پر اهو ٿيڻ ضرور گهرجي.

هڪ ٻئي تي انحصار جي پنجين شڪل قومن جي وچ ۾ باهمي انحصار آهي. وائرس پکڙجڻ جو طريقو يعني ڪهڙيون قومون ۽ فرد متاثر ٿين ٿا ۽ ڪيترو جلدي متاثر ٿين ٿا. قومن وچ ۾ سماجي ۽ معاشي اڻ برابري ۽ شاهوڪار ۽ غريب جو فرق هڪ ئي شيءِ آهي. اُهو وقت ڪڏهن ايندو جڏهن دنيا انهيءَ حقيقت کي مڃيندي؟



ان وبا هٿان مختلف قومن جي معاشي ۽ سماجي گهوٽالي جو شڪار ٿيڻ وارن امڪانن کي هاڻ بهتر انداز ۾ سمجهيو پيو وڃي. ڪجهہ قومون مڪمل تباهيءَ جي ڪناري تي پهچي پيون سگهن. ڇا عالمي برادري ان تي ڌيان ڏريندي؟ يا وري عالمي برادري نفسياتي مدد ۾ وقت لڳائيندي؟ ڇا اُها تعليم، صحت، ٽيڪنالوجي ۽ ٽيڪنيڪي سهڪار ۾ سيڙپڪاري ڪندي تہ جيئن اهي قومون تباهہ ٿيڻ کان محفوظ رهن؟ ڇا عالمي سطح تي اهڙا سماجي حفاظتي چار وڇايا ويندا تہ جيئن

بي اختيارن کي وڏي واڪي ڳالهائڻو پوندو. ڪين پنهنجي حقن نہ ڇا پر پنهنجي حياتين واسطي ڳالهہ ٻولهہ ۽ سوديبازي ڪرڻي پوندي.

وبا هٿان بي عمل ٿيندڙ قومن جي بقا ممڪن ٿي سگهي؟

ترقياتي مدد جي هاٺوڪي سرشتي سبب اُهو وقت ويجهو پيو اچي، جڏهن دنيا هڪ حفاظتي حصار جوڙي وٺندي. هيل تائين ان نظام ۾ اهڙي مقصد جي پورائي لاءِ گهربل صلاحيت جي شديد اڻهوند آهي. اها فوري ضرورتون پوريون ڪرڻ ۾ ناڪام رهي آهي. تعليم، صحت يا روزگار جا موقعا پيدا ڪرڻ تي تمام ٿورڙي سيڙپ ڪئي پئي وڃي. جيڪڏهن پرڏيهي مدد کي عالمي سماجي حفاظتي حصار بڻائڻ جو ذريعو بڻائڻو آهي ته ان کي ضرورت پٺاندڙ تمام گهٽي لچڪدار اصول تي هلڻو پوندو.

هڪٻئي تي انحصار جي سمورن قسمن ۾ به انتهائون موجود آهن. ڪمزور ۽ طاقتور، حاوي ۽ دٻيل، مرڪزي حيثيت واري ۽ پاسيرو ڌڪياويندڙ- عورتن، متاثر ٿيلن، ايندڙ نسلن، آبادين ۽ ڪمزور قومن جو امتيازي نشان سندن بي اختياري آهي. ڪين پنهنجي تقدير تي ڪو اختيار ناهي. منجهن مجموعي تنظيم جي اڻهوند آهي ۽ هو سوديبازيءَ جي حيثيت ۾ ناهن. هيءُ اُهو عدم توازن آهن جنهن ۾ هو جيئرا آهن. نئين قسم جا ناتا پيدا ڪرڻ ۽ انهن هڪٻئي تي انحصار ڪندڙ گروهن وچ ۾ نون سماجي رابطن واسطي، سماج ۾ بنيادي تبديليءَ جي ضرورت آهي. اهڙي تبديلي جيڪا بحث مباحثي ۾ حاوي ٿيڻ جو حق ڏي ٿي، ڳالهائڻ، نمائندگي ڪرڻ ۽ نون سماجي ناتن جي سندرتائن تي اختيار حاصل ڪرڻ جو حق ڏي ٿي.

بي اختيارن کي وڏي واڪي ڳالهائڻو پوندو. ڪين پنهنجي حقن ته چا پر پنهنجي زندگين لاءِ ڳالهه ٻولهه ۽ سوديبازي ڪرڻي پوندي. ائين به ناهي ته عورتن ۽ نوجوان ڇوڪرين کي پتو ناهي ته ساڻن ڇا پيو ٿئي ۽ هو انفيڪشن جو شڪار ٿيڻ کان ڊڄن ٿيون. اصل ۾ هو پنهنجي اندر ۾ ڪجهه ڪرڻ جو حوصلو نٿيون ڏسن. ”ڪير آهي جيڪو انهن عورتن ۽ زالن جون دانهون ٻڌي؟ اسانجن معاشرن ۾ سندن آواز اڪثر ٻڌا ئي نٿا وڃن.“

بيمار ٿيندڙن کي هنڌ ۽ وقت جي ضرورت آهي ته جيئن هڪ ٻئي کي جاڃائي سگهن ته هو بيمار آهن پر ان سان گڏوگڏ ڪين پنهنجي ڪٽنب سان به حال اورڻ جي ضرورت آهي. متاثر ٿيلن جي برادريءَ ۾ هر فرد شامل آهي. ڪمزور هجي يا سگهارو، ڪوبه اڪيلي سر ان وبا کان بچي نڪري نٿو سگهي. جيڪڏهن دنيا کي وراهجڻو ناهي ته پوءِ سياسي اڳواڻن کي اهڙيون حالتون پيدا ڪرڻيون پونديون جن ۾ ماڻهو پنهنجي سر پاڻ فيصلو ڪن، نه ڪي مٿن فيصلا مڙهيا وڃن.

ان وبا جا نقصان ۽ پيڙائون اڪثر ماڻهن لاءِ اڳيئي برداشت کان ٻاهر آهن، پر ان ۾ به ڪجهه مثبت پهلو موجود آهن. هر گهوٽالي ۾ بيوسيءَ واري احساس جو هڪ وقت ايندو آهي ۽ بار برداشت ڪرڻ بدران بار ورهائي کڻڻ جي خواهش پيدا ٿيندي آهي. هيءُ وقت سچائي جي بيان جو وقت آهي. پيڙا ڀري سانت جي انت ۽ هڪ ٻئي جي ويجهي اچڻ جي شروعات ڪرڻ وارو وقت، هيءَ صورتحال گڏجڻ جو بنياد فراهم ڪري ٿي.

ان ڪري ڳالهائڻ ئي درمان جو بنياد آهي ۽ وبا سان مقابلي جي بنيادي حڪمت عملي، پر اها حڪمت عملي ٻئي ڪٿي پيدا ٿئي ٿي، مثال طور، لائبيريا ۾ جڏهن

جنگ جي تباهين جي شڪار عورتن کي ڳالهائڻ جو امڪان نظر آيو ته ڳالهه ٻولهه جي فن هنن واسطي پنهنجي پيارن جو ماتم ڪرڻ کي ممڪن بنايو. هنن چيو ته اتو ۽ لتو ملڻ نه ملڻ هنن لاءِ قطعي اهم ناهي. اها ڳالهه ٻولهه ئي هئي جنهن جي ڪري سندن اندر ۾ جيئري رهڻ جي سڌ پيدا ٿي. ماڻهو انهن مسئلن تي ڳالهائڻ جو اختيار حاصل ڪرڻ چاهين ٿا، بيمار ٿيڻ کان بچڻ جون ڳالهيون، بيمار ٿيڻ جي ڏپ جون ڳالهيون، پيار ڪرڻ ۽ ڪنهن بيمار شخص سان جنسي لڳ ڪرڻ جون ڳالهيون ۽ موت جي خوف جون ڳالهيون. پر هو ٿا چاڻن ته هو اهو ڪجهه ڪنهي ۽ ڪيئن ڪري سگهن ٿا.

بهرحال سچائي بيان ڪرڻ وارو عمل، ڏکيو ۽ پيڙا ڀريو ٿيندو آهي. خاموشيءَ ڏانهن موٽ اٿر آهي ۽ خاص طور تي جڏهن بيان ڪرڻ سان خواري، ذڪار ۽ عزت نفس کان انڪار ملندو هجي، خاموشي ۽ پيڙا ڏانهن ماڻهن ۽ قومن جي موٽ هر هر ٿي سگهي ٿي. ڳالهه ٻولهه ۽ ڏک جو اشتراڪ بيهي سگهي ٿو، پر پيڙا ۽ نقصان ختم نٿا ٿي سگهن. اهي وڌندا ويندا ۽ ان حد تائين گڏجي ويندا جو انهن کي خاموشيءَ سان برداشت ڪرڻ هڪ ڀيرو ٻيهر ناممڪن ٿي پوندو.

اتحاد، اُميد ۽ ان وبا جي زخمن جو درمان نازڪ شيون آهن. انهن کي احتياط سان، حفاظت سان ۽ حوصلي سان بحال رکي سگهجي ٿو. انهن واسطي پناهه گاهون ناهيون پونديون، جتي ماڻهو ويهي ڳالهه ٻولهه ڪري سگهن، آرام ڪري سگهن، سپنا ڏسي سگهن، سوچي سگهن ۽ بهشت تائين پهچڻ جو رستو ڳولهي سگهن.

□

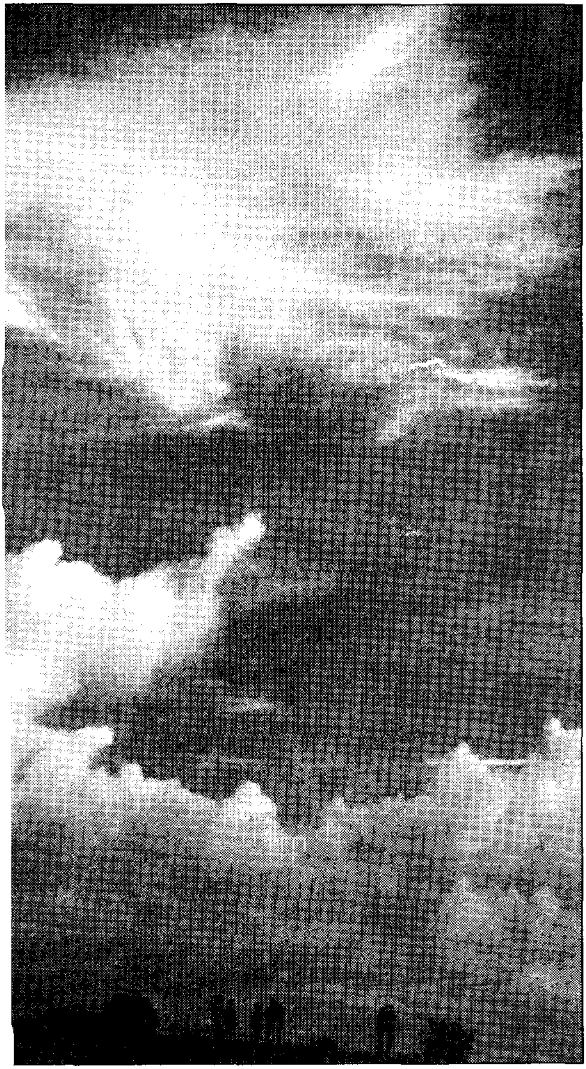
درمان جي ڳولا

ميڊيڪل سائنس جي ترقي ۽ دوائن تي تحقيق جي نتيجي ۾ سائنسدان پليگ، ماتا، پوليو ۽ ارڙي جهڙين موتمار وبائن تي قابو پائڻ ۾ ڪامياب ٿي ويا. ميڊيڪل سائنس شايد اهو سمجهي ورتو هو ته هاڻ دنيا ۾ ڪابه اهڙي بيماري ناهي، جنهن جو وٽس علاج نه هجي پر ايچ آءِ وي/ ايڊز جي وبا سندن انهيءَ خيال کي غلط ثابت ڪيو آهي. ايڊز انساني تاريخ جي اهڙي ڊيجاريندڙ وبا آهي، جنهن کي ختم ڪرڻ ته پري جي ڳالهه، ان جي تيز رفتار قتلام کي روڪڻ به في الحال ميڊيڪل سائنس جي ماهرن جي وس ۾ ناهي.

ايڊز جي وبا کي 18 سال ٿي چڪا آهن ۽ سائنس جي هيڏي ساري ترقيءَ هوندي به اڃان تائين نه ته ان جو ڪو جوڳو علاج لڌو ويو آهي ۽ نه وري ان جي بچاءُ جي ڪا ويڪسين تيار ڪئي وئي آهي.

ايڊز جو وڏندڙ طوفان

ايڊز جي رت پيپاڪ وبا کان پاڪستان به محفوظ نه رهيو آهي.



آصف اسلم

فلم جي نمائش ٿيا شروع ٿي، شهر ۾ جڙ افواهن جي بوڏ اچي وئي. جيتوڻيڪ انهيءَ جڳ پڌري فلم جو ڪراچيءَ ۾ بيچينيءَ سان اوسيئڙو ڪيو پئي ويو پر پهرين هفتي ۾ ئي شوق جي جاءِ اچي ڏپ والاري. نوجوانن ۾ ڏپ ۽ ٻڌتر واري ڪيفيت هئي. سرباتن ۾ ڇوڪرا ۽ ڇوڪريون هڪٻئي کي پوائتيون خبرون پهچائي رهيا هئا. فلم ڏسڻ لاءِ سينيما ڏانهن وڃڻ کان هڪ ٻئي کي جهليو ٿي ويو. ٽائيٽينڪ جي ٻڌڻ سان ڪنهن کي به دلچسپي نه رهي هئي. هر ڪو پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان بچائي رهيو هو!

ڏهن سالن جي هڪ ڇوڪريءَ کي سندس ساهيڙي ٻڌايو ته: ”ٽائيٽينڪ ڏسڻ

هاڻ اسين واريءَ ۾ ڳچي لڪائي انهيءَ موتمار مرض کي بدڪردار ۽ بدلچڻي ”اولهه“ لاءِ مخصوص سمجهڻ جي غلطفهميءَ ۾ نٿا رهي سگهون. ان جي ابتڙ پنهنجو پاڻ کي پاڪ صاف، باڪردار ۽ محفوظ سمجهڻ جي خوشفهمي اسان کي وڌيڪ تيزي سان ايڊز جي چنبن ۾ ڏڪيندي.

سان ايڊز ٿئي ٿي.“ سندن اسڪول ۾ هرڪو ان گروهه کان ڊنل هو جيڪو سرنج ۾ ايڊز جا جراثيم ڪٽي پئي ڦريو ۽ فلم ڏسندڙن کي بيخبريءَ ۾ ان جي موتمار جرثومن سان گدلائي رهيو هو. هڪ غلط فهميءَ تي ٻڌل ڊپ سڄي شهر جي نوجوان ڇوڪرين کي خاص طور تي پنهنجي لپيٽ ۾ وٺي چڪو هو. ايا ان فلم جو ايڊز سان پوائنتو ناتو ٽٽو ئي نه هو جو ماڻهو شهر ۾ کلندڙ جديد ترين فاسٽ فوڊ

پاڪستان ۾ ايڇ آءِ وي/ايڊز جي صورتحال

1986ع کان ڊسمبر 1998ع تائين جا انگ اکر

علائقو/صوبو	ايڇ آءِ وي پازيٽو فرد	ايڊز جو شڪار ٿيل
وفاق جي انتظام هيٺ علائقا	254	23
پنجاب	341	31
سنڌ	370	68
سرحد	258	36
بلوچستان	126	11
آزاد جمون ۽ ڪشمير	15	1
ڪل تعداد	1364	170

ذريعو: سنڌ ايڊز ڪنٽرول پروگرام

ريسٽورنٽ بابت پکڙجندڙ اهڙن ئي ڊيڄاريندڙ افواهن جي گهيري ۾ اچي ويا. نيشنل ايڊز ڪنٽرول پروگرام جي ڊائريڪٽر ڊاڪٽر برجيس مظهر قاضيءَ انهيءَ وحشتناڪ صورتحال تي تبصرو ڪندي اسلام آباد جي هڪ انگريزي اخبار کي لکيل پنهنجي خط ۾ ڄاڻايو: ”اسين هڪ انوکي صورتحال ۾ ڦاٿل آهيون، جنهن کي ڊيڄارڻ جي ڪوشش ڪرڻ به چئي سگهجي ٿو ۽ هڪ بيهودو، واهيات ۽ غيراخلاقي مذاق به، جنهن کي هر صورت ۾ ننديندي ٿڏي ڇڏڻ گهرجي.“

پر ايڊز جو خطرو ڪنهن بيهودي مذاق کان گهڻو وڌيڪ آهي. ايڊز بابت ڪنهن قسم جي مُستند ڄاڻ نه هئڻ سبب، شهر جا پڙهيل ڳڙهيل طبقا به افواهن جي انهيءَ طوفان ۾ ڄڻ عقل ۽ فهم کان عاري ٿي ويا. خوشقسمتيءَ سان بيچينيءَ واري اها لهر سگهوئي ويهي رهي پر ان معاشري جي انهيءَ بيماري بابت اڻ ڄاڻائي کي ڇڳي خاصي حد تائين وائکو ڪري وڌو. اُها ئي اڻ ڄاڻائي جيڪا سدائين خطري کي دعوت ڏيندي آهي.

”ايان 1980ع واري ڏهاڪي جي ڳالهه آهي جو ايڊز جو اطلاع پهريون پيرو هڪ موتمار مرض جي حوالي سان سامهون آيو هو. تڏهن ڪنهن به نٿي ڄاتو ته رڳو

ٻن ڏهاڪن اندر ئي اهو لفظ هر گهر تائين پهچي ويندو. هاڻ ايڊز هڪ عالمگير وبا آهي، جنهن دنيا جي هر معاشري کي مذهبي، سماجي، نسلي، معاشي ۽ اخلاقي حدن کان مٿيرو ٿي پنهنجي چنبن ۾ ڦاسائي ڇڏيو آهي."

اسلام آباد ۾ ايڊز بابت شعور ۽ ڄاڻ ۾ رڌل هڪ غيرسرڪاري تنظيم "BAIA" جي ته

پاڪستان: ايڇ آءِ وي/ ايڊز جي منتقليءَ جو ذريعو

وائرس جي منتقليءَ جو ذريعو	ايڇ آءِ وي	ايڊز
مخالف جنس سان جنسي تعلق ذريعي	489	101
مرد جي مرد سان جنسي تعلق ذريعي	27	3
مرد ۽ عورت ٻنهي سان جنسي تعلق ذريعي	20	7
رت يا انجي جزن جي منتقلي سان	256	15
انجيڪشن وسيلي نشو واپرائڻ سان	55	2
ماءُ کان ٻار کي	19	5
ذريعي جو پتو لڳي نه سگهيو	198	-
ڪل تعداد	1364	-

ذريعو: سنڌ ايڊز ڪنٽرول پروگرام

ماهي نيوز ليٽر ۾ ايڊيٽوريل جي شروعات مٿين لفظن سان ٿئي ٿي. اصل ۾ اهو هڪ پوائنٽو چتاءُ آهي ته ايڊز جي موتمار بلا کان هاڻ هيءُ ملڪ به محفوظ ناهي رهيو. هاڻ اسين واريءَ ۾ ڳچي لڪائي انهيءَ موتمار مرض کي بدڪردار ۽ ڦيٽار "اولهه" لاءِ ئي مخصوص سمجهڻ واري غلط فهميءَ ۾ نٿا رهي سگهون. ان جي ابتڙ پنهنجو پاڻ کي پاڪ صاف، باڪردار ۽ محفوظ سمجهڻ واري خوشفهمي اسان کي وڌيڪ تيزيءَ سان ايڊز آڏو ڍڪي سگهي ٿي.

ايڊز جي روڪٿام لاءِ احتياطي اپائن کان اڳ، ان خطري جو شعور انتهائي ضروري آهي. اسان کي پنهنجي معاشري جي ڪيترن ئي تصورن کي ٽوڙڻو پوندو. هڪ امريڪي صحافيءَ ايڊز جي شروعات ۾ سڌ سماءُ جي ذريعن جي ورتاءُ تي تبصرو ڪندي چيو هو، "۽ هو ٻيڻو واڄا وڄائيندا رهيا." اهو جملو پاڪستان جي صورتحال جي حوالي سان هيئن چئي سگهجي ٿو.... "۽ پيءِ ٿي وي جهونگاڙيندو رهيو." اسين پنهنجي اڻ ڄاڻائي جو ڪاچ ٽيڻ وارا آهيون. اُها اڻ ڄاڻائي جنهن جي عمارت روايتن جي بنيادن تي بيٺل آهي، ماڻهن جي مذهبي احساسن جو قدر پنهنجي جاءِ تي پر هاڻ اسان کي حقيقت سان اکيون چار ڪرڻيون پونديون. ان مرض سان اوستائين ڦيٽ نٿاڪائي سگهون، جيستائين ان کي خاموشي ۽ لڄ جي ڪلچر ۾ لڪائيندا رهنداسين. اسان کي انهن ماڻهن جي اثر مان نڪرڻو پوندو جيڪي ايڊز جي شڪار ٿيلن کي "جوڳي سزا" جو حقدار ليکين

محققن موجب، ايڊز في الحال پاڪستان ۾ خطري جي حد تائين رسيل ناهي، پر ان جو مطلب اِهو به ناهي ته اسين ان پاسان غافل ٿي وڃون.

پاڪستان: ايچ آءِ وي/ ايڊز کان متاثر ٿيل فردن جو تعداد، ڄمار جي لحاظ کان

ڄمار	ايچ آءِ وي پازيٽو	ايڊزلڳل
4 سال کان گهٽ	81	5
5 کان 14 سال	4	2
15 کان 19 سال	-	1
20 کان 29 سال	289	53
30 کان 39 سال	407	49
40 کان 49 سال	226	41
50 سالن کا وڌيڪ	31	13
ڄمار جو پتو ناهي	389	6
ڪُل تعداد	1364	170

ذريعو: سنڌ ايڊز ڪنٽرول پروگرام

ٿا ۽ ان کي زندگيءَ جي جديد طرز جو هڪ عذاب سمجهن ٿا. ڪجهه ماڻهو اهڙا به آهن، جيڪي انکي سدائين ”ڪنهن ٻئي کي“ لڳندڙ بيماري سمجهندي، پاڻ کي محفوظ تصور ڪندا آهن. عام صحت لاءِ ڪم ڪندڙ هڪ ڊاڪٽرياڻي موجب، جڏهن هُن ايڊز بابت معلوماتي پروگرام تيار ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي ته سندس حوصلي شڪني ڪئي وئي ۽ چيو ويس ته هوءَ وڌيڪ ترجيحي شعبن جهڙوڪ عورتن ۽ ٻارن بابت چو نٿي ڪم ڪري، جڻ هوءَ وڌيڪ جوکم جي شڪار ماڻهن لاءِ چو پريشان آهي.

ايڊز بابت اسان جي روايتي نقطي نظر رکندڙ ديني عالمن ۽ پنهنجو پاڻ کي هر ڳالهه کان واقف ليکيندڙ ميڊيا عجيب ۽ غريب صورتحال پيدا ڪئي آهي. جيتوڻيڪ اها ڳالهه درست آهي ته ان مرض جي شروعات امريڪا جي هم جنس پرستن جي هڪ ٽولي کان ٿي پر اها به حقيقت آهي ته خود آمريڪا ۾ ايڊز جي نون مريضن جو تعداد گهٽجي رهيو آهي. هاڻ اهو مرض ڏکڻ ايشيا ۽ آفريڪا ۾ وڌيڪ تيزيءَ سان پکڙجي رهيو آهي، جتي جنسي ناتا ۽ سرنج وسيلي نشي آور شين جو استعمال ان جو بنيادي سبب آهي. هاڻ ايڊز جو پراڻو تصور، نئين حقيقتن جي سامهون بي معنيٰ ٿي ويو آهي.

پاڪستان ۾ ايچ آءِ ويءَ جو پهريون ڪيس 1987ع ۾ سامهون آيو هو، تڏهن کان ان مرض جي شدت ۾ اضافو ٿيندو رهيو آهي. پر اڃا تائين عمومي ماحول لاتعلقي وارو ئي آهي. واشنگٽن ۾ ڪجهه عرصو اڳ امريڪن هيلٿ ايسوسيئيشن جي هڪ گڏجاڻي ٿي جيڪا سڄي دنيا ۾ عمومي صحت جي شعبي ۾ ڪم ڪندڙ ماهرن جي سڀ کان وڏي گڏجاڻي ليکي ٿي وڃي. ان اجلاس ۾ ايچ آءِ وي ۽ ايڊز جي حوالي سان پاڪستان بابت خاص ويهڪ جو اهتمام ڪيو ويو. ان موقعي تي پاڪستان تي ايچ آءِ وي/ ايڊز جي اثرن بابت تقريرون ڪيون ويون ۽ قومي ۽ مقامي ردعملن جو جائزو ورتو ويو. ڪجهه محققن وڌيڪ همت جو مظاهرو ڪندي وڌيڪ جوکم جي شڪار فردن جي نشاندهي ڪئي، خاص طور تي ڪراچي ان ڏس ۾ بحث جو موضوع رهيو. ڊاڪٽر ايس اي مجيب رت ڏيندڙن کي پنهنجي تحقيق جو موضوع بڻايو، جڏهن ته ڊاڪٽر شهلا باقي نشي جي عادي فردن، جسم فروشن ۽ ٻين معاملن تي ڳالهه ٻولهه ڪئي. بهرحال ان ڏس ۾ تحقيق جي کوٽ واضح طور تي نظر آئي. تازو ئي عالمي تحقيقي رسالن چار مقالا شايع ڪيا آهن، جن ۾ صورتحال جو تجزيو

ڪرڻ ڪانپوءِ ڪيترين ئي سفارشون ڪيون ويون آهن. ڊاڪٽر عدنان حيدر ۽ عمر خان جي هڪ تفصيلي رپورٽ ۾ پاڪستان ۾ ايڊز جي سببن تي تفصيلي روشني وڌي وئي آهي. (هيءَ مقالو جنرل آف ايپي ڊيميالوجي اينڊ ڪميونٽي هيلٿ 1998ع ۾ شايع ٿيو آهي.) مقالي ۾ واضح طور تي ڄاڻايو ويو آهي ته 1995ع کان پوءِ پاڪستان ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز وگهي ساليانو سراسري پنج هزار ماڻهو اجل جو شڪار ٿيندا.

محققن موجب، ايڊز في الحال پاڪستان ۾ خطري جي حد تائين رسيل ناهي پر ان جو مطلب اهو به ناهي ته اسين ان کان غافل رهون، هن مستقبل جي حڪمت عمليءَ تي پڻ تفصيلي ڳالهه ٻولهه ڪئي آهي. ”عوام کي ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت وڌيڪ ڄاڻ ڏني وڃي. ان ڏس ۾ تعليمي معيار ۽ رهائشي ماڳ کي آڏو رکيو وڃي. هيءَ بيماري ڪا سرحد نٿي قبولي ۽ ڪوبه عمل ان جي راهه روڪڻ ۾ ڪامياب نٿوليکي سگهجي.“ مقالي موجب، ڳالهه پڌري پٽ پيل آهي، ايڊز جو رستو رڳو احتياط ۽ پرهيز وسيلي ئي روڪي سگهجي ٿو. جيڪڏهن ايڊز کي موتمار روپ اختيار ڪرڻ کان روڪڻو آهي ته پوءِ واسطيدار ادارن کي وڌيڪ فعال ٿيڻو پوندو ته جيئن عوامي شعور ۽ نظم و ضبط کي هٿي ڏئي سگهجي.

BIAI ادارو جيتوڻيڪ انتهائي عمومي معاملن کي سهيڙي ٿو پر اسان جي صورتحال ۾ ان جي اهميت وڌي وڃي ٿي. جيتوڻيڪ ايڊز مقامي، علائقائي، قومي ۽ بين الاقوامي سطح تي بحث جو موضوع

ايڊز جي روڪٿام لاءِ ٿائيلينڊ جا تجربا

ايڊز کان متاثر ٿيل ايشيائي ملڪن مان ٿائيلينڊ سنگين صورتحال ۾ قاتل سمجهيو ويندو هو، بهرحال حڪومت جي وقت سر ۽ اثرائتي اُپائن سبب اُتي ان مرض جي روڪٿام ۾ جوڳي ڪاميابي ٿي آهي. جنيوا ۾ ٿائيڪو يو اين ايڊز جي ڊپٽي ڊائريڪٽر ڊاڪٽر وراٿت ستاري موجب 80 واري ڏهاڪي دوران ٿائيلينڊ ۾ ايڊز جو مرض تيزيءَ سان پکڙجي رهيو هو ۽ ان جي تدارڪ لاءِ رڳو جوکم جي شڪار سماجي طبقن کي ئي سجاڳ ڪيو پئي ويو، جڏهن ته نوجوانن ۽ سڄي معاشري تي ڪو ڌيان نٿي ڏنو ويو. ڪجھ سالن ڪانپوءِ جڏهن اسان محسوس ڪيو ته اهو مرض اڃا تائين وڌي ويجهي پيو ته پنهنجي حڪمت عملي تبديل ڪئي سون. صحت واري وزارت ۾ وسيلن ۽ ماڻهن جي کوٽ سبب تقريبا سمورين وزارتن ان ڏس ۾ بجيٽ ۽ فردن کي پروگرام جو حصو بڻايو. ايڊز جو تدارڪ ملڪ جو اهم ترين معاملو ليکيندي وزير اعظم نيشنل ايڊز ڪميشن جي سربراهي پاڻ سنڀالي. ان ڏس ۾ مخصوص بجيٽ ۾ اضافو ڪيو ويو. پوءِ اسان صوبائي ۽ ضلعي سطح تي آفيسرن کي پاڻ سان ملايو. ڪجھ سالن اندر ٿائيلينڊ جي سمورن صوبن ۾ ايڊز جي تعليم عام ٿي چڪي هئي.

ايڊز خلاف پروگرام لاءِ ماڻهن انتهائي وسيع قلبي ۽ تحمل جو مظاهرو

روزانو 16 هزار نوان فرد

- 1998ع دوران 16 هزار نوان فرد ايچ آءِ وي انفيڪيشن جو شڪار ٿين ٿا.
- منجهائن 1600 ٻار هئا جن جي ڄمار 15 سال کان گهٽ هئي.
- ايچ آءِ وي انفيڪيشن جو نئون شڪار ٿيندڙ فردن مان 90 سيڪڙو کان وڌيڪ اُسرندڙ ملڪن ۾ رهن ٿا.
- ايچ آءِ وي انفيڪيشن جو نئون شڪار ٿيندڙ فردن مان 50 سيڪڙو جون ڄمارون 15 کان 24 سالن وچ ۾ هيون.
- هر منٽ ۾ 5 کان 6 نوان مرد ۽ عورتون ايچ آءِ وي کان متاثر ٿي رهيا آهن.

بٽيل آهي پر نہ ڄاڻ ڇو اسان وٽ ان بابت ڳالهائڻ پسند نٿو ڪيو وڃي. شايد ان جو سبب اهو آهي تہ اجان تائين ان جي خلاف ڪا ويڪسين ڪارگر ثابت نہ ٿي آهي.

ٻئي پاسي ان کي منهن ڏيڻ ۾ حڪومتن جي ناڪامي ۽ تدارڪ لاءِ ناڪافي وسيلا مخصوص ڪرڻ بہ هڪ سبب ٿي سگهي ٿو. اها ڳالھ ثابت ٿي چڪي آهي تہ مقامي ۽ ثقافتي روايتن جي ڳاڍڻ سان تيار ٿيندڙ حڪمت عملي ئي ايڊز جي راھ روڪڻ جو واحد ۽ اثرائتو ذريعو ثابت ٿي سگهي ٿي.

احتياطي حڪمت عمليون دوا ناهن ٿينديون. دنيا جي ڪيترن ئي ملڪن جهڙوڪ، ٿائيلينڊ ايڊز جي خطرناڪ پکيڙ ڪانپوءِ ان جو تدارڪ ڪرڻ لاءِ اثرائتا قدم کنيا آهن. اهي تجربا ٻين ملڪن لاءِ ڪارائتا ثابت ٿي سگهن ٿا. ايڊز تي ڪنٽرول واسطي قومي ۽ علائقائي پروگرامن

ڪيو. ٿائيلينڊ جو سئو سيڪڙو ڪنڊوم پروگرام ان حوالي سان عالمي شهرت رکي ٿو، ڊاڪٽر وراٿت موجب اسان گهٽي گهٽي ڪنڊوم ورهايا ۽ ماڻهن کي ان جي استعمال جا طريقا ۽ فائدا ڄاڻايا. ان ريت اسان هڪ سال اندر پوڻا بہ ڪروڙ ڪن ڪنڊوم ورهايا. اسان ايڊز بابت ڄاڻ بينڪن وسيلي پکيڙي، پيٽرول پمپن وسيلي ڪنڊوم ورهاياسين. اسڪولن ۾ پنهنجو پيغام پکيڙيو. فلمي اداڪارن جي تصويرن ۽ پيغامن وارا ڪيلينڊر ڇاپيا، اسان ان موضوع کي ٽي وي ڊرامن ۾ شامل ڪيو. اسان گهريلو عورتن جو هڪ گروپ جوڙيو جنهن عام عورتن کي ان بيماري بابت ڄاڻ ٿي ڏني. اسان ماڻهن کي ٻڌايو تہ هو ايڊز جو شڪار ٿيلن کي ڌڪارين نہ. ايڊز جو مريض ٿي بہ ڪو شخص پُٽ، ڀاءُ يا پيءُ رهي سگهي ٿو. اسان سدائين مرض بابت نٿي ڳالهايو پر ڪٽنب، ناتن، پيار، دوستي ۽ مثبت قدرن لاءِ پنهنجو پيغام ئي پهچايوسين.

ڊاڪٽر وراٿت موجب پاڪستان ۾ اهڙن سماجي طبقن جو هڪدم تجزيو ٿيڻ گهرجي، جيڪي ايڊز جو سڌوسنئون شڪار ٿيڻ جو جوکم رکن ٿا. ان ڏس ۾ سماجي بنيادن تي ايڊز جو تعليمي پروگرام ڪارائتو ثابت ٿي سگهي ٿو. نوجوانن کي خاص طور تي ڄاڻ ڏيڻ ضروري آهي. غير سرڪاري تنظيمن ۽ حڪومتن کي ان ڏس ۾ ڳالهائڻ گهرجي ۽ سُد سماءُ جي ذريعن کي اڳتي وڌڻ گهرجي. پاڪستان ۾ ايڊز جي تدارڪ لاءِ ثقافت ۽ مذهب اهم ڪردار ادا ڪري سگهن ٿا. انهن کي ايڊز جي تعليم ۾ رڪاوٽ لاءِ نہ پر ايڊز جي راھ روڪڻ لاءِ احتياط جي طور تي استعمال ڪرڻ گهرجي.

۾ ڪيترين ئي غير سرڪاري تنظيمن به سهڪار ڪري رهيون آهن. تازو ئي يونيسيف ۽ يو اين ايڊز به پاڪستان ۾ ايڊز جي روڪٿام لاءِ هٿ ونڊائڻ شروع ڪيو آهي. ٻئي پاسي صحت جي تعليم لاءِ بنيادي گهرجن جو جائزو وٺڻ، ايڊز پروگرام تحت ڪيترين ئي غيرسرڪاري تنظيمن به تجزئي ۽ تربيت لاءِ ميدان ۾ لٿل آهن.

ان منصوبي جي نگران يونيسيف جي ڊاڪٽر سريرآرا موجب، ”اها هڪ ڏگهي عمل جي شروعات آهي. جنهن ۾ مختلف پيچين جي رهنمائي، شراڪت ۽ سهڪار جي انتهائي ضرورت پوندي.“ ان ڏس ۾ ٿيندڙ شروعاتي ڪاميابيون عظيم هدفن ڏانهن اشارو ٿيون ڪن، جيڪي اجان تائين ڪنهن جا منتظر آهن.

مڇر جي ڏنگڻ سان ايڊز ڇو نٿو ٿئي!

جڏهن دنيا ۾ ايڊز جي تباهه ڪن وبا جو انڪشاف ٿيو ته اهو خطرو به پيش آيو ته مڇر يا رت چوسيندڙ ٻيا جيوڙا ايچ آءِ وي/ ايڊز وائرس جي منتقليءَ جو سبب بڻجي سگهن ٿا، ان موضوع تي تحقيق سان اها ڳالهه سامهون آئي ته انساني رت چوسيندڙ ڪيڙن وسيلي اهو مرض هڪ انسان کان ٻئي ڏانهن منتقل نٿو ٿئي. آفريڪا ۾ ايڊز جا واقعا وڌيڪ ٿا ٿين ته اُتي مڇرن سميت انساني رت چوسيندڙ ڪيڙا به گهڻا ٿا ٿين. پر اهڙن علائقن ۾ به تحقيق ثابت ڪيو آهي ته ڪيڙن جي ڏنگڻ سان ايڊز جي وبا نٿي پکڙجي. تحقيق دوران ڪيل مشاهدن ۽ تجربن مان اها ڳالهه سامهون آئي ته جڏهن ڪو ڪيڙو انسان کي ڏنگي ٿو ته هُو نه پنهنجو رت ۽ نه وري پهرين ڏنگيل ڪنهن انسان جو رت ٻئي انسان ۾ منتقل ڪري ٿو. ان جي بدران ڪيڙو پنهنجو لعاب لبريڪينٽ طور انساني جسم ۾ داخل ڪندو آهي ته جيئن رت چوسڻ ۾ سولائي ٿيس. مليريا ۽ زرد بخار جهڙيون وبائي بيماريون ڪجهه مخصوص قسمن جي انهيءَ لعاب يا ٿُڪ سبب ٿين ٿيون.

ايڊز جو سبب بڻجندڙ ايچ آءِ وي وائرس ڪنهن به ڪيڙي يا مڇر جي جسم ۾ تمام ٿورڙي وقت تائين جيئرو رهي ٿو. ڪجهه ٻين جرثومن وانگر ايچ آءِ وي وائرس نه ڪيڙن جي جسم اندر وڌي ويجهي ٿو ۽ نه ئي گهڻو عرصو جيئرو رهي سگهي ٿو. ان ڪري ڪنهن ايڊز جي شڪار شخص کي ڏنگڻ کان پوءِ جيڪڏهن مڇر جي جسم ۾ ايچ آءِ وي وائرس داخل به ٿي وڃي تڏهن به ان مڇر جي ٻئي شخص کي ڏنگڻ سان اهو وائرس ٻئي انسان ۾ منتقل نه ٿيندو. مڇر يا ڪنهن ٻئي ڪيڙي جي فضلي ۾ به ايچ آءِ وي وائرس نه مليو آهي.

ايڊز بابت سجاڳي پيدا ڪرڻ جون ڪوششون

سماجي تنظيمن جو ڪردار

جيتوئيڪ ايچ آءِ وي/ ايڊز خلاف آواز اٿاريندڙ ۽ عمل ۾ رڌل تنظيمون تمام گهٽ ۽ تعداد جي حساب سان ٿورڙيون آهن، پر انهن جو جذبو يقينا ساراهه جوڳو آهي. اسلام آباد جي هڪ تنظيم ”عمل“ (AMAL) ايڊز بابت ڄاڻ ۽ حفاظتي تدبيرن سان سينگاريل سهڻا ڪتابڙا شايع ڪيا آهن.

ڪراچي ري پروڊڪٽو هيلٿ پراجيڪٽ ماڻهن کي اولاد ۽ جنسي صحت بابت ڄاڻ ۽ خبرون مهيا ڪري رهيو آهي. جڏهن ته گهٽ آمدني وارن علائقن ۾ صحت جي سهولت جي فراهمي پڻ جاري آهي.

تحريڪ نسوان ان بيماريءَ مان پيدا ٿيندڙ انسان پيڙائن جي سمورن پهلوئن تي هڪ ڊرامو تيار ڪيو آهي، پر اهو اڃا تائين نشر ٿي نه سگهيو آهي. پنهنجي پنهنجي دائري ۾ رهندي اهي غيرسرڪاري تنظيمون تبديلين لاءِ پتوڙين پيون. منجهائن ڪيترين ئي شديد جوکم جي شڪار سماجي طبقن سان دوستاڻا ناتا به جوڙي چڪيون آهن، جيڪا تمام وڏي ڪاميابي آهي، ڇاڪاڻ جو سرڪاري پروگرام فيصلي نه ڪرڻ سبب پنهنجائپ پيدا ڪرڻ ۾ ناڪام ٿا رهن.

ٽيڪسيلا ۾ ڪم ڪندڙ هيلٿ پروموشن سوسائٽي جيڪا 1992ع کان اسڪول جي ٻارن ۾ صحت جو شعور پيدا ڪري رهي آهي، هڪ شاندار مثال طور پيش ڪري سگهجي ٿي. سوسائٽي جي

Digitized by M. H. Panhwar Institute of Sindh Studies, Jamshoro.

پاڪستان ۾ ايڇ آءِ وي/ ايڊز ڪان متاثر ٿيل فرد، جنس جي لحاظ کان

جنس	ايڇ آءِ وي پازيٽو	ايڊز لڳل
مرد	1194	151
عورتون	170	19
ڪل تعداد	1364	170

ذريعو: سنڌ ايڊز ڪنٽرول پروگرام

سربراهه محمد صديق موجب جڏهن اسان اسڪولي ٻارن ۽ نوجوانن کي جنس بابت ڄاڻ ڏيڻ شروع ڪئي ته حيرت انگيز طور تي ڪنهن به مخالفت نه ڪئي. اسان کي ڪنهن به اسڪول انهن موضوعن تي ڳالهائڻ کان نه جهليو ان جي ابتڙ ڪيترن ئي هنڌن تي استاد ڪلاسن کان هليا ٿي ويا ته جيئن ٻار کلي طرح ڳالهائي سگهن.

سوسائٽيءَ ٽرڪ ڊرائيور ۽ ناچو جسم فروش ڇوڪرن لاءِ، جيڪي ايڊز جي ڏس ۾ خاص جوکم جو شڪار رهن ٿا، خاص پروگرام شروع ڪيو آهي. ان مقصد لاءِ تنظيم شروعات ۾ سٺ ٽرڪ اڏن جي چونڊ ڪئي. پوءِ اُتي ٽرڪن جي مالڪن سان ڳالهه ٻولهه ڪري ڪين قائل ڪرڻ جي ڪوشش ڪئي ته اُتي معلوماتي پروگرام شروع ڪجي. شرعات ۾ ٽرڪ ڊرائيور اسان کان گهٻرائيندا هئا ۽ انهن موضوعن تي ڳالهائڻ لاءِ تيار ئي نه هوندا هئا پر اسان آهستي آهستي هنن سان دوستي رکي ۽ نيٺ هو اسان جي ڳالهه ڌيان سان ٻڌڻ لڳا.

سوسائٽيءَ پنهنجي ڳالهه پکيڙڻ لاءِ ڪنهن ليڪچر، تقرير يا واعظ جو اهتمام نه ڪيو. ان جي بدران ٽرڪ ڊرائيورن لاءِ هڪ آڊيو ڪيسٽ تيار ڪئي وئي، جنهن ۾ لوڪ گيتن ۽ ننڍڙن ننڍڙن خاڪن کان سواءِ ايڊز بابت ڄاڻ به هئي. ان کان سواءِ ڇاپين جا خاص چلا نهرائي ورهايا ويا. بس اسٽاپن ۽ ٻين عوامي ماڳن تي ڪنڊوم ورهايا ويا. اهو طريقو شروعات ۾ ڪو گهڻو ڪامياب نه رهيو پر آهستي آهستي ماڻهو تنظيم جي پيغام ڏانهن ڌيان ڏيڻ لڳا.

ملتان جي هڪ تنظيم 'سنيهو' (Message) جي ڊاڪٽر اختر علي به ان ڏس ۾ دلچسپ ڪم ڪيو آهي. ملتان جي 'حرم گيٽ' وارو علائقو گذريل هڪ هزار سالن کان جسم فروشيءَ لاءِ مشهور آهي. هن وقت به ٽن هزارن کان وڌيڪ عورتون باقاعدگيءَ سان هتي جسم فروشيءَ ۾ رڌل آهن، جڏهن ته بي قاعدي انهيءَ ڪرت ۾ رڌل عورتن جو ڳاڻيٽو تمام گهڻو آهي. ڊاڪٽر اختر عليءَ موجب جڏهن اسان پنهنجو ڪم شروع ڪيو ته اِهي عورتون اسان تي شڪ ڪنديون هيون. سندن خيال هو ته اسين پوليس جا ڇاڙتا آهيون يا ڪو اضافي ڀتو وغيره وٺڻ چاهيون ٿا. ڪين پنهنجي ڳالهه سمجهائڻ ۾ اسان کي ڪيترائي مهينا لڳا. پنهنجو پاڻ کي قابل قبول بنائڻ لاءِ اسان کي سندن يونين جي سيڪريٽري ۽ مقامي ڪائونسلرن سان گڏوگڏ ڪجهه پراڻين وئشائن سان پڻ لهه وچڙ ۾ اچڻو پيو. اسان هنن لاءِ تربيتي ورڪشاپ ڪرايا ۽ پوءِ اسان جي عملي گهر گهر وڃي ڪين صحت بابت ڄاڻ ڏني.

ڊاڪٽر اختر موجب شروعات ۾ اڪثر ڇوڪرين کي اها غلط فهمي هئي ته ايڊز پرڏيهي بيماري آهي ۽ رڳو پرڏيهين يا پرڏيهه مان ايندڙ کي ئي ٿئي ٿي. اسان جي لاڳيتو ڪوشش ڪري

ڪيترين ئي غلطفهمين دور ٿيون ۽ هاڻ انهن عورتن ۾ ڪندوم استعمال ڪرڻ جي شرح تمام گهڻي وڌي چڪي آهي. ٻئي پاسي پوليس جو ورتاءُ بہ ان بيماريءَ جي راهہ روڪڻ بدران پئسا ڪمائڻ وارو آهي. هو اسان جي تربيتي پروگرام ۾ مداخلت ٿا ڪن ۽ شعور ۾ اضافو ڪرڻ لاءِ ٿيندڙ سرگرمين کي تسليم نٿا ڪن. تنظيم هڪ مفت ڊسپينسري پڻ هلائي پئي، جتي رت جي چڪاس ۽ عام مرضن جو علاج بہ ڪيو ويندو آهي. تنظيم ڪڙاهي گوشت ٺاهيندڙن، حڪيمن، پان وارن ۽ بليئرڊ جي دڪانن جي مالڪن کي پنهنجي تربيتي ورڪشاپن ۾ اچڻ جي دعوت ڏني تہ انجو مذاق اڏايو ويو پر آهستي آهستي ماڻهو ان پروگرام ۾ شامل ٿيندا ويا تہ تنظيم جي ڪمن کي بہ قبوليت ملڻ لڳي. هاڻ معزز ڪٽنبن جون عورتون بہ ڳجهہ ڳوهہ ۾ اسان وٽان ايڊز جي چڪاس ڪرائين ٿيون. يقيني طور تي اها هڪ اُتساهيندڙ ڳالهہ آهي، شايد ماڻهن کي ڳالهہ سمجهہ ۾ اچڻ لڳي آهي.

ايڊز جي روڪ ٿام لاءِ ڪم ڪندڙ ٻيون سماجي تنظيمون

نيشنل ايڊز ڪنٽرول پروگرام موجب 1998ع تائين پاڪستان ۾ ايڊز جي 178 مريضن جي نشاندهي ٿي چڪي هئي، جڏهن تہ ايچ آءِ وي پازيٽو فردن جو تعداد 1395 هو، جڏهن تہ عالمي صحت تنظيم 1995ع ۾ جيڪو جائزو ورتو هو، ان موجب پاڪستان ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز جي متاثر ٿيلن جو ڪاٿو 50 هزار کان 80 هزار تائين آهي.

جن ماڻهن کي ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳڻ جو وڌيڪ جوکم آهي، تن ۾ غير محفوظ جنسي روين ۾ ڦاٿل، نشي جا عادي، جن کي رت ڏنو ويو هجي، جنسي طور تي منتقل ٿيندڙ بيمارين جا مريض، ٽرڪ ڊرائيور ۽ سندن ساٿي، رت وڪرو ڪندڙ ۽ جسم فروشي ڪندڙ مرد ۽ عورتون شامل آهن. پرڏيهہ ۾ ڪم ڪندڙ پاڪستاني ۽ سندن زالون، جيل جا قيدي ۽ رڳن ذريعي منشيات استعمال ڪندڙ بہ انهن ماڻهن ۾ شامل آهن، جن کي ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳڻ جو خطرو وڌيڪ ٿئي ٿو.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جي خطري کي منهن ڏيڻ لاءِ ڪيترين ئي سماجي تنظيمون رڌل آهن. انهن تنظيمن کي نيشنل ايڊز ڪنٽرول پروگرام، يو اين ايڊز ۽ يونيسيف جو سهڪار حاصل آهي. يونيسيف ملڪ جي ٽن صوبن ۾ پنجن سماجي تنظيمن جي سهڪار سان ڪم ڪري رهي آهي. اهي تنظيمون جسم فروشي ڪندڙن، ٽرڪ ڊرائيورن ۽ نوجوانن ۾ ڪم ڪري رهيون آهن. يونيسيف انهن تنظيمن کي فني، ٽيڪنيڪي ۽ مالي امداد سان گڏوگڏ رابطي ڪاري ۽ ڄاڻ ۾ شراڪت جون سهولتون فراهم ڪري ٿي. ان ڏس ۾ سڀ کان اهم ڪم ”ايچ آءِ وي/ ايڊز ۽ اسان جي صحت“ نالي هڪ تربيتي ڪتابڙي جي تياري آهي جيڪو هڪ سال جي شراڪتي عمل کان پوءِ لاڳو ٿيو. ان ڪتابڙي کي اثرائتي انداز ۾ استعمال ڪرڻ لاءِ قومي سطح تي 40 تربيت ڪارن کي تربيت ڏني وئي آهي. جڏهن تہ صوبائي سطح تي 200 ڄڻن جي تربيت جو ڪم هلندڙ آهي.

ايوارڊ

آل وومينز ايڊوانسمينٽ اينڊ ريسورس ڊيولپمينٽ (ايوارڊ) سرحد صوبي ۾ عورتن لاءِ ڪم ڪندڙ تنظيم آهي، جيڪا

ايڊز پاڪستان ۾

- پاڪستان ۾ ايڊز جي موجودگيءَ جو انڪشاف 1987ع ۾ ٿيو. ان کان پوءِ ايڊز ورتل فردن جي تعداد جي لاڳيتو اضافو ٿي رهيو آهي.
- هڪ ڪاٿي موجب پاڪستان ۾ ايچ آءِ وي کان متاثر ماڻهن جو تعداد اسي هزار آهي. ايڊز جي مريضن جي درست تعداد جو اندازو لڳي نہ سگهيو آهي.
- ايڊز بابت عوام ۾ ڄاڻ ۽ شعور جي کوٽ ۽ احتياطي تدبيرن جي اڻهوند سبب هر وقت اهو خطرو آهي تہ اها وبا انتهائي تيزي سان پکڙجي سگهي ٿي.
- ايڊز ورتل ماڻهن جو ريڪارڊ رکڻ ۽ ايچ آءِ وي/ ايڊز کي پکيڙڻ کان روڪڻ لاءِ سرڪاري سطح تي جيڪي اُپاءُ ورتا ويا آهن، اُهي ان وقت ئي اثرائتا ٿي سگهن ٿا، جڏهن انهن تي سنجيدگي ۽ خلوص سان عمل ڪيو وڃي، درست انگ اکر سهيڙيا وڃن ۽ مسئلي جي سمورين ڌرين وچ ۾ بهتر رابطا هجن.

پڙهيل ڳڙهيل عورتن ۽ مردن تي ٻڌل آهي. ايوارڊ شاگردياڻين ۽ ماسترياڻين لاءِ توليدي صحت ۽ جنسي صحت جي حوالي سان سجاڳي پيدا ڪرڻ وارا پروگرام ڪندي آهي. 99_ 1998ع ۾ ان يونيسيف جي سهڪار سان پشاور جي ڪجھ ڪاليجن ۾ سجاڳي پيدا ڪرڻ جو ڪم ڪيو. ان جو بنيادي هدف نوجوان عورتون آهن.

هيومينٽرين مووومينٽ انٽرنيشنل (ايڇ ايم آءِ):

يونيسيف جي ڀڻيرائي سان ڪم ڪندڙ اها هڪ پرجوش تنظيم آهي جيڪا ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت سجاڳي پيدا ڪرڻ کان سواءِ منشيات جي روڪٿام، ڪنڊوم جي ورهاست ۽ صحت بابت معلوماتي مواد ماڻهن تائين پهچائڻ جو ڪم سرگرمي سان ڪري ڪري رهي آهي. هيءَ تنظيم 1965ع جي رجسٽر ٿيل آهي. ان جو اهم ڪم هم جنس پرستن کي ايچ آءِ وي/ ايڊز جي خطري کان واقف ڪرڻ آهي.

وائٽي اين هوپ:

هيءَ تنظيم لاهور جي هيرامنڊيءَ ۾ ڪيترن ئي سالن کان جسم فروشي ڪندڙ عورتن ۽ نشي جي موالين ۾ ايڊز بابت شعور پکيڙي رهي آهي. ان ڏس ۾ ان کي اينٽي نارڪوٽڪس اينڊ ايڊز ريسورس سينٽر جو سهڪار حاصل آهي. هيءُ سينٽر هيرامنڊيءَ جي مرڪز ۾ آهي ۽ هتان جي مستقل رهواسين سان گڏوگڏ تفريح لاءِ ايندڙن کي بہ ڄاڻ فراهم ڪري ٿو. يونيسيف 99_1998ع دوران ان تنظيم جي ڪجھ پروگرامن لاءِ سهائتا ڪئي آهي. ان تنظيم جو بنيادي هدف جسم فروش عورتون آهن.

پاڪستان ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت سجاڳي پيدا ڪندڙ يونيسيف جي ڀڻيرائي وارين تنظيمن ۾، (1) هليٿ پروموشن سوسائٽي ٽيڪسيلا، (2) فري ميڊيڪل ايڊ سينٽر ٽرسٽ ايبٽ آباد، (3) راسٽي ڪراچي، (4) ڪراچي ري پراڊڪٽو هيلٿ گروپ، (5) پاڪستان نيشنل فورم آن وومين هليٿ، (6) فيملي پلاننگ ايسوسيئيشن آف پاڪستان، (7) هيلٿ اينڊ نيوٽريشن ڊيولپمينٽ سوسائٽي (هينڊس)، (8) ڊرگ ري هيبلٽيشن سينٽر لاهور، (9) هيل ٽرسٽ لاهور ۽ (10) ضياءَ الدين يونيورسٽي ڪراچي شامل آهن. □

عورتن کي ماٺ ڪرائيندڙ سگهه

عورتون متحد ٿي مردن جا جنسي رويا تبديل ڪري سگهن ٿيون؟

جيڪا ڪهاڻي اوهان کي ٻڌائڻ چاهيان ٿي، سا سچي آهي. مون پيار ڪيو آهي ۽ شايد بيوفائي ٻـ. هن مهل مون کي اهو ذهني سڪون ميسر آهي، جنهن جي اهو سيڪجهه بيان ڪرڻ ۽ پنهنجي جذبن جي درست ترجماني ڪرڻ لاءِ ضرورت هئي. آءٌ نه رڳو گذريل سالن جو بار کنيو پئي هلان پر مون تي ڪيترين ئي

اڻ ڇيل ۽ لڪيل ڳالهين جو بار به آهي.

19 سالن جي ڄمار ۾ منهنجو وهانءُ ٿيو ۽ هاڻ ٽن ڏيئرن جي ماءُ آهيان. زائر ۾ اسان جو گهر وچولي درجي وارو هو ۽ اسين سڀئي هڪ ٻئي جي پيار سان ٽمٽار هئاسين. بهرحال وقت گذرڻ سان گڏوگڏ منهنجي اندر ۾ عدم تحفظ جو احساس پيدا ٿيڻ لڳو، ڇاڪاڻ ته منهنجو مڙس نه مون

ايمي موادي زائر جي هڪ قومي تحقيقي اداري ۾ ڪم ٿي ڪري، هن يونيورسٽي آف ڪنساشا جي ميڊيڪل فيڪلٽي ۽ فرانس جي پاسچر انسٽيٽيوٽ مان تربيت حاصل ڪئي آهي. هوءَ زائر ۾ ايڊز خلاف ڪم ڪندڙ عورتن جي تنظيم جي سربراهه آهي.

ڪي ذاتي اظهار جي اجازت ڏيندو هو ۽ نہ ئي مون کي بنيادي حق ڏيڻ تي راضي هو. مون سندس مخالفت جي باوجود تعليم پرائڻ جو سلسلو جاري رکڻ جو فيصلو ڪيو. يونيورسٽيءَ جي تعليم مڪمل ڪرڻ کان پوءِ ڀاڳ ڀلا هئم جو فرانس وڃڻ ۽ ايچ آءِ وي تشخيصي طريقي ڪار ۾ مهارت ۽ تحقيق جو موقعو مليم. جڏهن واپس موٽيس تہ منهنجي مڙس اعلان ڪيو تہ هو جنسي طور تي محدود زندگي نٿو گذاري سگهي ۽ پنهنجي وٽ آهر زالون رکندو. مون کي حسد تہ نہ پر ڏک ضرور ٿيو. بي وفائي جو اهو مظاهرو هُن پهريون ڀيرو نہ ڪيو هو، ان ڪري مون کي گهڻو اچرج نہ لڳو هو.

آءٌ مدافعت جي سگهہ کان محروم هيس ۽ ڪنهن سان بہ اها ڳالهہ سلي نہ پئي سگهيس، ايستائين جو امان سان بہ اها ڳالهہ اوري نہ پئي سگهيس، ڇاڪاڻ جو جيڪا ڳالهہ منهنجي ذهن ۾ هئي سان امان سان ڪرڻ ڏکي هئي. اسان جي معاشري ۾ وڏن جو احترام ڪيو ويندو آهي ۽ ماءُ پيءُ سان جنسي معاملن تي ڳالهہ ٻولهہ نہ ڪندا آهيون. پر مسئلي جي سنگينيءَ سبب امان سان ڳالهہ ڪرڻ جي همت ڪيم، پر پوءِ اهو سوچي ويهي رهيس جو سندس ردعمل مون کان انتهائي مختلف هوندو.

ڪيترائي ڏينهن سوچ ويچار ۽ اندروني ٻڏتر ۾ گذاريم- پنهنجي فيصلي جي مثبت ۽ منفي پاسن تي ويچاريم. نيٺ اِهو سوچي تہ هيءُ زندگي ۽ موت جو مسئلو آهي، پنهنجا حواس سهيڙي ۽ همت کان ڪم وٺندي پنهنجي مڙس سان ڳالهہ ڇوريم. سندس وڏيڪ زالون ڪرڻ واري اعلان سبب اسان پاڻ ۾ ڳالهايو نٿي سو اسان جا ٻار اسان جي وچ ۾ سنيها پهچائڻ جو ڪم ڪري رهيا هئا.

شروعاتي ڳالهہ ٻولهہ ۾ مون ڪانئس ڪيترائي سوال ڪيا، انهن ۾ اهو سوال بہ شامل هو تہ ڇا ڪيس پنهنجي جنسي ساٿين بابت خاطري آهي تہ اُهي ايچ آءِ وي جو شڪار ناهن؟ ڇا هو سندن جنسي روين بابت ڄاڻ رکي ٿو؟ سندس رد عمل اهو هو تہ اهو غيراهم معاملو آهي، ڇاڪاڻ جو سندن ڳوٺ ۾ ايچ آءِ ويءَ جو وجود ئي نہ هو. ڪيس سمجهائڻ جي ڪوشش ڪيم تہ اها وبا رڳو وڏن شهرن تائين محدود ناهي پر ڳوناٺن علائقن ۾ بہ خطرو بڻجي چڪي آهي. انگن اکرن کان بہ مدد ورتم تہ جيئن ڪيس پنهنجي ملڪ ۾ ايڊز جي حقيقي صورتحال کان واقف ڪري سگهان. ان روايت کي بہ غلط ثابت ڪرڻ جي ڪوشش ڪيم، جنهن موجب ايچ آءِ وي اهڙي تصوراتي بيماري آهي، جيڪا جنسي عمل کي ٻُنجو ڏيڻ لاءِ ايجاد ڪئي وئي آهي. ان کان سواءِ حربي طور پنهنجي مڙس کي اهو بہ ياد ڏيارڻ جي ڪوشش ڪيم تہ اسان جي ٻارن جو مستقبل اسان جي تندرست ۽ ڪارائتي هئڻ تي منحصر آهي.

بدقسمتيءَ هن پنهنجو فيصلو تبديل نہ ڪيو ۽ ٻين عورتن سان جسٽي ناتا رکڻ تي

متاثر ماءُ پيءُ بہ ٻار پيدا ڪرڻ کان نٿا هٻڪن، جينوٽيڪ منجهائن ڪيترائي ٻار بہ ايچ آءِ وي پازيٽو هوندا آهن.

اصرار ڪيائين، ان انڪار ڪانپوءِ مٿس واضح ڪيم تہ جيڪڏهن ڪيس مون سان جنسي ناتا رکڻا آهن تہ هو ايچ آءِ وي ٽيسٽ ڪرائي يا وري ڪنڊوم استعمال ڪري. هُن پنهنجي ڳالهين کان انڪار ڪيو. بس اتان ئي اسان جي وچ جنگ جي شروعات ٿي. هُن مون کي بدلائڻ لاءِ سمورا طريقا استعمال ڪيا. بليڪ ميلنگ، ڌمڪيون ۽ ڪيڏي ڪيڏي مهل تہ جسماني تشدد بہ؛ پر پنهنجي ٻارن جي مستقبل خاطر ثابت قدميءَ سان پنهنجي موقف تي قائم رهيس.

منهنجي مڙس پنهنجون جنسي حرڪتون شروع ڪري ڏنيون. هو هر ٽين مهيني هڪ هفتي لاءِ اسان وٽ ايندو هو. جڏهن ڪيس احساس ٿيو تہ آءُ پنهنجي فيصلي تي سختيءَ سان قائم آهيان تہ هن منهنجي انهيءَ گستاخيءَ جي شڪايت ڪرڻ لاءِ پنهنجي ڪٽنب جي ڪجھ ماڻهن کي گڏ ڪيو. پر ڪلي طرح اهو ٻڌائي نہ سگهيو تہ منهنجي ان ورتاءَ جو اصل سبب ڇا آهي ۽ نہ اصل مسئلو بيان ڪري سگهيو، ڇاڪاڻ جو افريڪا ۾ پرڻيل جوڙا پنهنجي جنسي معاملن تي کلئي عام نہ ڳالهائيندا آهن.

جنهن ليبارٽريءَ ۾ ڪم ڪندي هيس سا ان وقت وائرالوجي ۽ ايچ آءِ وي تحقيق لاءِ سڀ کان وڌيڪ مناسب هئي. اسان پنهنجي ملڪ جي هر علائقي جي مريض جو علاج ڪري رهيا هئاسين.

> **اها انتهائي ڏيڄاريندڙ ڳالهہ هئي تہ ظاهري طور تي تندرست نظر ايندڙ انسان ايچ آءِ وي پازيٽو هئا. موت جي وڌي شرح اسان کي ڇڙ صدمي جو شڪار ڪري ڇڏيو هو.**

پاڙيسري ملڪن کان بہ ماڻهو اسان وٽ ايندا هئا. اها انتهائي ڏيڄاريندڙ ڳالهہ هئي جو ظاهر طور تي تندرست نظر ايندڙ ماڻهو ايچ آءِ وي پازيٽو ٿي ظاهر ٿيا. موت جي شرح جي گهٽائي اسان کي صدمن جو شڪار ٿي ڪيو. منهنجي لاءِ عورتن ۽ يتيم ٻارن جون حالتون وڌيڪ پيڙا ڀريون هيون ۽ اهڙي ريت عملي زندگي ۾ ايچ آءِ ويءَ جي حقيقت سان گڏوگڏ رهڻ سبب مون ۾ اهو حوصلو پيدا ٿيو تہ آءُ پنهنجي ذاتي زندگيءَ جي اصل صورتحال کي بہ سنجيدگيءَ سان وٺان.

اڪثر سوچيندي آهيان تہ ڇا منهنجو فيصلو درست هو؟ پنهنجو پاڻ کان ڪيترائي ڀيرا پڇيو اٿم تہ ڪٿي ايچ آءِ وي بابت غيرحقيقي ڊپ جو شڪار تہ نہ ٿي آهيان؟ پر سندم مڙس جي ڪٽنب طرفان مڙهيل پابندين، بحث مباحثن، ڌمڪين ۽ الزامن هوندي بہ پنهنجي فيصلي تي قائم رهيس. گهر ڇڏڻ جو بہ سوچيم پر ٻارن جي ڪري اهو نہ ڪري سگهيس. هاڻ سندن پيءُ اسان کي ڌڪاري ڇڏيو هو.

نيٺ منهنجي مڙس اسان جي جهيڙي بابت پنهنجي ڀائرن سان کُلي ڳالهايو. هنن ڪٽنب جو هڪ ميڙ گهرايو تہ جيئن مون کي سندن ڀاءُ جي توهين ڪرڻ تي سزا ڏني سگهجي. منهنجي ۽ سندم مڙس وچ ۾ ختم نہ ٿيندڙ جهيڙو شروع ٿي ويو. اڪثر هو مون کي گهران نڪرڻ لاءِ بہ چوندو هو. ڪيڏي ڪيڏي مهل سندس

پينرون ۽ اينديون هيون ۽ هر هر چونديون هيون ته اسان جي ماءُ اسان جي پياءُ کي رڳو تنهنجي لاءِ نه جٽيو آهي. هو اِهو ٻه چونديون هيون ته منهنجو سڙڻ بجليءَ جي ڪرنٽ وانگر هڪ ڏينهن خود مون کي ٻه ساڙي ڦلهير ڪندو. اهڙي ماحول ۾ ٻه سال گذارڻ سان منهنجي صحت خراب ٿي پئي.

آگسٽ 1988ع ۾ اسان جي وچ ۾ باقاعدي علحدگي ٿي. پنهنجي مڙس کي ٽن سالن کان پوءِ ڪورٽ ۾ ڏنم، ڇاڪاڻ جو مون طلاق حاصل ڪرڻ لاءِ باقاعدي عدالتي ڪارروائي شروع ڪري ڇڏي هئي.

1989ع "سوسائٽي فارو وومين اينڊ ايڊز ان آفريڪا" جي هڪ شاخ جي شروعات ڪيم ۽ هاڻ ان جي قومي صدر آهيان. ان سرگرميءَ مون کي موقعو ڏنو آهي ته زندگيءَ جي هر شعبي سان تعلق رکندڙ عورتن سان، مٿن ايچ آءِ وي وبا جي پوندڙ اثرن بابت ڳالهائي سگهان. ذاتي ۽ پراون تجربن مان ڄاتو اٿم ته اڪثر عورتون خاموشيءَ سان پيڙا برداشت ڪنديون ٿيون رهن. اسان کي اطاعت واري آفريڪي روايتن جو احترام ڪرڻ جي تعليم ڏني وئي آهي، جنهن موجب زال پنهنجي مڙس ۽ سندن ڪٽنب جي خدمت لاءِ هر وقت تيار رهي. ڪاش! اسان کي پتو لڳي سگهي ها ته اسان لاءِ ان تعليم جو نتيجو ڇا نڪتو! هاڻي ايچ آءِ ويءَ اسان جي زندگين کي گهڻي حد تائي بدلائي ڇڏيو آهي. انسانيت اهڙي پليگ جو نشانو بڻيل آهي جنهن جي ڪري اسان کي پنهنجي ثقافتي ۽ روايتي قدرن تي نظرثاني ڪرڻ جي ضرورت آهي.

ايچ آءِ وي کان بچاءَ لاءِ ٽن معاملن تي ڌيان ڏنو ٿو وڃي. جنسي ساٿين جي تعداد ۾ گهٽتائي، ذاتي ناتن ۾ مخالف صنف سان ناتا ۽ ڪنڊوم جو استعمال. آفريڪي عورتن، جن کي ايچ آءِ وي لڳي چڪو آهي، مان 60 کان 80 سيڪڙو عورتون اهڙيون آهن، جن جا رڳو پنهنجي مڙسن سان جنسي ناتا هئا. آفريڪي روايتن موجب جنهن پرڻيل جوڙي کي اولاد نه ٿئي ان کي پاڙ ٻنان وڻ ليکيو ويندو آهي. انڪري ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيل ٻه ٻار جڻڻ کان نٿا رهن. هاڻ ڪيترائي ٻار ٻه ايچ آءِ وي پازيٽو ٿي چڪا آهن. اهڙا ماءُ پيءُ مرڻ پڄاڻان پنهنجي پويان ڪيترا يتيم ٻار ڇڏي ٿا وڃن.

اهو درست آهي ته عورتن ۾ ايچ آءِ وي پکڙجڻ جي سببن ۾ ٻين تي انحصار، غربت ۽ سماجي ۽ ثقافتي عنصر شامل آهن، پر اهي مسئلا هر آفريڪي عورت کي درپيش نه آهن. منهنجي راءِ ۾ هر عورت کي پنهنجي حالتن تي غور ڪندي هڪ ذاتي شخصي منصوبو جوڙڻ گهرجي

عورتن ۾ ايچ آءِ وي پکڙجڻ جي سببن ۾ ٻين تي انحصار، غربت ۽ سماجي ۽ ثقافتي عنصر شامل آهن، پر اهي مسئلا هر آفريڪي عورت کي درپيش نه آهن.

ايڊز جو مطلب موت آهي پر موت جو سبب ايڊز ناهي

ايڊز... انساني تاريخ جو عجيب ۽ غريب مرض آهي، شايد ان کي مرض چوڻ درست ناهي، ڇاڪاڻ جو ايڊز پنهنجي سر ڪو مرض ناهي. اهو انساني جسم جي هڪ اهڙي بيوس ۽ لاچار ڪيفيت جو نالو آهي، جيڪو بيمارين خلاف مزاحمت جي قابل نٿو رهي. ان ڪيفيت جي نتيجي ۾ ايڊز جا شڪار ٿيل 26 ڄاڻل سڃاڻل مرضن مان ڪنهن هڪ يا ڪيترن ئي مرضن ۽ انهن جي علامتن جو شڪار ٿين ٿا. موت ايڊز جي شڪار ٿيل جو مقدر آهي، پر انوکي ڳالهه اها آهي ته موت جو سبب ايڊز نه پر انهن 26 مرضن مان ڪو مرض ٿئي ٿو.

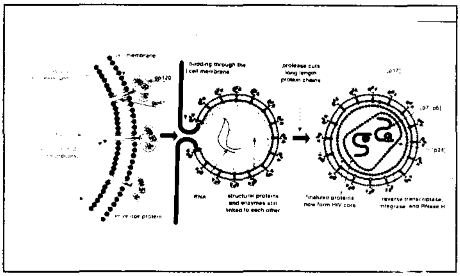
ته جيئن هوءَ ايچ آءِ وي خلاف ويڙهه ۾ پنهنجو ڪردار ادا ڪري سگهي.

معاشي انحصار بابت اڪثر عورتون چونديون آهن ته ان معاملي ۾ هو جيئن ته مڪمل طور تي پنهنجي مڙسن تي انحصار ڪن ٿيون، تنهن ڪري معاشي حالتون تبديل ڪرڻ جي طاقت نٿيون رکن. ان حقيقت کي ذهن ۾ رکندي اسان پنهنجي نينگرين، ڀينرن، ڀاڻيجين ۽ ڀائيٽين کي پاڻ تي ڀاڙڻ ڏانهن راغب ڪرڻ ۽ ڪين ان واسطي تيار ڪرڻ گهرجي.

ايچ آءِ وي وبا جو مقابلو ڪرڻ لاءِ اسان عورتن کي پنهنجي زندگين جا معاملا پنهنجي هٿن ۾ کڻڻا پوندا. مشهور اشتهار موجب، جيڪو چوي ٿو ته ڀڻ براءِين مان اسان کي گهٽ برائي جي چونڊ ڪرڻ گهرجي. ٻين لفظن ۾ ان جي بدران جو اسين جوانيءَ ۾ ئي مري پئون، اسان کي جيئرو رهڻ جي حق واسطي اُٿي کڙو ٿيڻ گهرجي. ان جي بدران جو اسين ڪنهن ڏوهه کان سواءِ بيوهه ٿيون، بيمار ٿيون، معاشري جي نظرن ۾ ڪري پئون، اسان کي اڳتي وڌي زندگي بچائڻ گهرجي. ايچ آءِ وي جي موجودگي ۾ عورتن کي ڪن پل جيئرو رهڻ ترڪ ڪرڻ گهرجي. اسان کي اُهي سوال اٿارڻ گهرجن جن جي روشنيءَ ۾ عورتون متحد ٿي مردن جا جنسي رويا تبديل ڪري سگهن. اسان کي ايچ آءِ وي جي منتقليءَ ۾ هڪ ڪڙي ٻڻجڻ کان انڪار ڪرڻ گهرجي. وائرس ڪيڏي مهل به حملو ڪري سگهي ٿو، ان ڪري اسان کي هوشيار رهڻو پوندو.

اِهو اسان جو فرض آهي ته اسين انهن عورتن جي ياد پنهنجي دلين ۾ تازي رکون جيڪي هلندڙ صديءَ جي انهيءَ ڀوائتي بيماريءَ هٿان مارجي چڪيون آهن يا مرڻ ڪنديءَ تي آهن. اسان کي انهن عورتن کي آواز ڏيڻ گهرجي، جيڪي روايتن هٿان خاموشيءَ سان جُهري رهيون آهن. ذلت جو نشانو بڻجي رهيون آهن. اسان کي سندن آواز ۾ پنهنجو آواز ملائڻ گهرجي ته جيئن اهڙو آئيندو تخليق ڪري سگهجي، جتي ايچ آءِ ويءَ ۾ خاموش ڪرائڻ واري صلاحيت هجي ئي نه. □

ايچ آءِ وي ۽ ايبڊز



جنسي بيمارين ۾ ”ايڊز“ سڀ کان وڏيڪ موتمار ۽ خطرناڪ آهي، ڇاڪاڻ جو ان جو ڪو علاج ناهي.

اهڙيون ڪيتريون ئي بيماريون آهن، جيڪي جنسي عمل، رت چاڙهڻ، وائرس لڳل سرنجن جي استعمال ۽ ماءُ کان ٻار تائين جهڙن ذريعن وسيلي هڪ کان ٻي شخص تائين پکڙجن ٿيون، انهن ۾ آتشڪ، يرقان ۽ ايچ آءِ وي/ ايڊز وغيره شامل آهن. انهن سمورين بيمارين مان ايڊز سڀ کان وڏيڪ خطرناڪ آهي، ڇاڪاڻ جو ان جو ڪو علاج ناهي.

ايچ آءِ وي/ ايڊز ڇا آهي؟

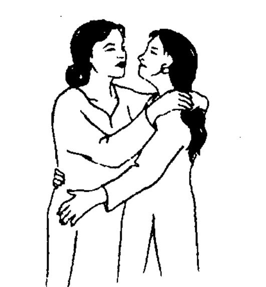
ايچ آءِ وي هڪ اهڙي وائرس جو نالو آهي جيڪو تمام گهڻو ننڍڙو آهي، انسان ان کان متاثر اوڏي مهل ٿئي ٿو جڏهن اهو سندس جسم ۾ داخل ٿئي ٿو.

ايڊز اهڙي بيماري آهي جيڪا ايچ آءِ وي وائرس جي انساني جسم ۾ موجودگيءَ سان ٿئي ٿي. ايڊز جسم کي ايترو هيڻو ڪري ٿي جو انساني جسم ٻين بيمارين جو مقابلو ڪرڻ جوڳو نٿو رهي. مثال طور، ايڊز جو مريض تمام گهڻين بيمارين جهڙوڪ نمونيا، چمڙيءَ جي ڪينسر ۽ هرپيز وغيره جو سولائي سان شڪار ٿي سگهي ٿو. متاثر ٿيل شخص جو جسم انهن بيمارن خلاف بچاءُ نه ڪري سگهندو آهي. ايڊز پنهنجي سر ته انسان کي نه مارينڌي آهي پر ان جي دفاعي نظام کي ناڪاره بڻائي ان کي ايتري حد تائين ڪمزور ڪري ڇڏيندي آهي جو ڪيتريون ئي بيماريون مٿس حملو ڪري ڪيس موت جو ڪاڄ بڻائي ڇڏينديون آهن.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جو وجود ڪيئن پيو؟

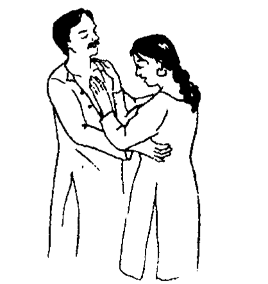
ان بيماريءَ جي بُڻ بنياد بابت ته مڪمل ڄاڻ ناهي پر اڄ کان ڪو سترهن ارڙهن سال اڳ ايچ آءِ وي/ ايڊز جا مريض سامهون آيا. ڳڻتيءَ جي ڳالهه اها آهي ته ايڊز دنيا جي هر ملڪ ۾ موجود آهي.

پاڪستان جي ڪُنڊ ڪُڙڇ ۽ شهرن ۾ به ايڊز ۽ ايچ آءِ وي موجود آهي. ان ڪري اهو مسئلو رڳو پاڪستان کان ٻاهر پرڏيهه جو ناهي. ايڊز جيئن پوءِ تيئن اسان جي ملڪ ۾ وڌي رهي آهي.



عورت عورت سان غيرمحفوظ جنسي عمل وسيلي ايچ آءِ وي حاصل ڪري سگهجي ٿو.

مرد مرد سان غيرمحفوظ جنسي عمل وسيلي ايچ آءِ وي حاصل ڪري سگهي ٿو.



عورت مرد يا مرد عورت سان غيرمحفوظ جنسي عمل وسيلي ايچ آءِ وي حاصل ڪري سگهن ٿا.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جي بيماري ڪيئن لڳندي آهي؟

ايچ آءِ وي جي متاثرٿيل فرد مان اها بيماري لڳي سگهي ٿي. ان بيماريءَ جي منتقليءَ جا هيٺان طريقا آهن:

1ـ جنسي عمل وسيلي

(الف) مرد جي عورت ۽ عورت جي مرد سان جنسي فعل سان.

(ب) مرد جي مرد سان جنسي فعل وسيلي.

(ت) عورت جي عورت سان جنسي فعل وسيلي.

2ـ ايچ آءِ وي لڳل شخص جو رت چاڙهڻ سان.

3ـ ايچ آءِ وي لڳل شخص جي استعمال ڪيل سرنج استعمال ڪرڻ سان.

4ـ ايچ آءِ وي لڳل ماءُ جو حمل دوران يا پيدائش وقت پنهنجي ٻار کي منتقل ڪرڻ.

جنسي فعل وسيلي

ايچ آءِ وي/ ايڊز جي منتقلي

هاڻ اچو ته اها ڳالهه سمجهون ته جنسي فعل دوران ايچ آءِ وي/ ايڊز ڪيئن پکڙجي ٿو؟

متاثر ٿيل فرد سان جنسي فعل ڪرڻ سان ان بيماريءَ جو وائرس انساني جسم ۾ منتقل ٿي سگهي ٿو. اهي ننڍڙا جراثيم جن کي اسين ايچ آءِ وي سڏيون ٿا، مرد جي جنسي عضوي ۽ عورتاڻي نازڪ عضوي وسيلي هڪ ٻئي کي منتقل ٿي سگهن ٿا. اهي جراثيم عورت ۽ مرد جي جنسي رطوبتن ۾ رهن ٿا، جيڪي عورت ۽ مرد جنسي فعل دوران خارج ڪن ٿا. جنسي عمل دوران مرد ۽ عورت جي جنسي رطوبتن جو ميلاپ ٿيندو آهي، جيڪڏهن منجهائن ڪو هڪ به متاثر ٿيل آهي، ته هو ٻئي ساٿي کي ايڊز جو وائرس منتقل ڪري سگهي ٿو.

جيڪڏهن ڪو مرد ڪنهن اهڙي مرد سان جنسي فعل ڪري ٿو جيڪو ايڊز جو مريض آهي ته هو ايڊز جو وائرس پنهنجي جسم ۾ منتقل ڪري سگهي ٿو. ان جنسي فعل دوران مرد جو عضوو پنهنجي ساٿي مرد جي مقعد کي ڇهي ٿو. مرد جي عضوي جو اخراج ۽ رطوبتون مقعد ۾ داخل ٿين ٿيون، ان ريت متاثر ٿيل شخص ٻئي

همراه کي ان بيماري جا وائرس منتقل ڪري سگهي ٿو.

عورت مرد سان غير محفوظ جنسي عمل دوران ايچ آءِ وي وائرس حاصل ڪري سگهي ٿي.

مرد عورت سان غيرمحفوظ جنسي عمل دوران ايچ آءِ وي وائرس حاصل ڪري سگهي ٿو.

مرد مرد سان غير محفوظ جنسي عمل دوران ايچ آءِ وي وائرس حاصل ڪري سگهي ٿو.

عورت عورت سان غير محفوظ جنسي عمل دوران ايچ آءِ وي وائرس حاصل ڪري سگهي ٿي.

رت جي ذريعي ايچ آءِ وي حاصل ڪرڻ

ايڊز جو وائرس يعني ايچ آءِ وي رت ۾ به رهي ٿو. جيڪڏهن ڪنهن کي ايڊز لڳل فرد جو رت چڙهيو ته ان کي ايچ آءِ وي ٿي سگهي ٿي. سرنج وسيلي منشيات استعمال ڪرڻ واري عمل دوران سئي يا ٽيوب اندر رت جو ٿورڙو مقدار رهجي ويندو آهي. (ڪي همراه سوئي يا سرنج بدران منشيات واسطي پلاسٽڪ يا فائبر جي نلڪي استعمال ڪندا آهن) جيڪڏهن ڪنهن همراه جي رت ۾ ايچ آءِ وي آهي ۽ نشي جي استعمال دوران، خاص طور تي جڏهن سئي، سرنج يا نلڪي چڱي ريت صاف ٿيل نه هجي ته ايڊز جو مريض ٻئي شخص کي به اهو وائرس منتقل ڪري سگهي ٿو. رت جو تمام ٿورڙو مقدار به انهن جراثيمن جي منتقلي لاءِ ڪافي هوندو آهي. سرنجن ۽ سئين کي رڳو ڌوئي ڇڏڻ سان انهن کي ايچ آءِ وي جي جراثيم کان پاڪ نٿو ڪري سگهجي. ان ريت منشيات جا عادي فرد هڪ ٻئي کي ايچ آءِ وي جراثيم منتقل ڪندا رهن ٿا.

پاڪستان جي ڳوٺن ۽ شهرن ۾ به ايڊز ۽ ايچ آءِ وي موجود آهي. انڪري اهو رڳو پاهرين دنيا جو مسئلو ناهي.

جيڪڏهن طبي علاج معالجي واسطي استعمال ٿيندڙ سئين ۽ سرنجن کي خاص طريقي سان درست صاف نه ڪيو ويو ته انهن ذريعي به ايڊز جو وائرس لڳي سگهي ٿو. ان ڪري طبي معائني لاءِ سدائين مستند ڊاڪٽر وٽ ئي وڃڻ گهرجي ۽ ان ڳالهه جي پڪ ڪرڻ گهرجي ته طبي اوزار ۽ سئيون استعمال ڪرڻ کان اڳ نيڪ طريقي سان صاف ٿيل آهن.

نڪ ۽ ڪن ٽوپڻ وارين سئين ذريعي به جيڪڏهن انهن کي استعمال کانپوءِ چڱي ريت صاف نه ڪيو ويو ته ايچ آءِ وي جا جراثيم هڪ کان ٻئي فرد تائين پهچي سگهن ٿا. چاڪاڻ جو سئي جي چُهنب تي موجود رت جو ڦڙو ٻئي فرد کي ايچ آءِ وي وسيلي متاثر ڪري سگهي ٿو. جسم ۾ ڏندن جي معالجن جا اوزار به چڱي ريت صاف ٿيل هئڻ گهرجن.

متاثر ٿيل ماءُ پنهنجي ٻار کي ايچ آءِ وي وائرس منتقل ڪري سگهي ٿي

ڄمندڙ ٻار پيدائش کان اڳ يا پيدائش مهل ايچ آءِ وي حاصل ڪري سگهي ٿو. جيڪڏهن ڳورهاري عورت ايڊز جي شڪار ٿيل آهي ته سندس ٻار ان جي وائرس سان ٻچيدانيءَ ۾ متاثر ٿي

سگهي ٿو. ٻار اهي جراثيم جمڻ مهل ۾ حاصل ڪري سگهي ٿو. بهرحال سمورا ٻار ماءُ وسيلي ايچ آءِ وي نٿا حاصل ڪن. ايچ آءِ وي/ ايڊز جا متاثر ٻار بيمار ٿي موت جو کاج بڻبا آهن.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جو مريض ڏيکاءُ ڪيئن ڏيندو آهي؟

ڪنهن شخص کي رڳو ڏسڻ سان اهو نٿو ٻڌائي سگهجي ته ڪو هو ايڊز جو مريض آهي. ايچ آءِ ويءَ جا ڪيترائي مريض تندرست ۽ نارمل نظر ايندا آهن. بيمار ٿيڻ کان اڳ ڪيترن ئي سالن تائين ايڊز جا جراثيم سندن جسم ۾ موجود هوندا آهن. ڪي ماڻهو وائرس لڳڻ جي ٽن چئن سالن ۾ بيمار ٿيندا آهن ته ڪن کي ڏهن سالن جو عرصو به لڳي سگهي ٿو.

ياد رکڻ گهرجي ته:
- اهو نٿو ٻڌائي سگهجي ته ڪنهن کي ايڊز لڳل آهي ۽ ڪنهن کي ناهي.
- اهڙا فرد جيڪي ايچ آءِ وي جراثيم رکڻ جي باوجود تندرست نظر اچن ٿا سي ٻين ماڻهن کي اِهي جراثيم منتقل ڪري سگهن ٿا.

ياد رکڻ گهرجي ته ايڊز جي علامتن تي نه وڃڻ گهرجي، ڇاڪاڻ جو ڪجهه ٻين بيمارين جون علامتون به ان وانگر ئي ٿين ٿيون. ان جو فيصلو رڳو ڊاڪٽر ئي ڪري سگهي ٿو. ڪنهن شڪ جي صورت ۾ ڊاڪٽر وٽ وڃڻ کان نه گهٻرائجي. مثال طور جيڪڏهن اوهان اهو ٻڌو آهي ته ايڊز جي مريض کي هر هر دست ٿيندا آهن ته هر پيري دست ٿيڻ جي صورت ۾ ايڊز ٿيڻ ممڪن ناهي. ان صورت ۾ هڪدم ڪنهن ڊاڪٽر سان له وچڙ ۾ اچجي، ڇاڪاڻ جو شديد دستن جي صورت ۾ ڊاڪٽر وٽ وڃڻ هوئڻ به ضروري هوندو آهي.

ايڊز جو مرض لڳڻ جو پتو ڪهڙيءَ ريت لڳي سگهي ٿو؟

اهو ڄاڻڻ لاءِ رڳو ڪنهن مستند صحت مرڪز وڃي رت جي چڪاس ڪرائڻي پوندي. هيٺين ڳالهين مان قطعي اندازو نه ٿي سگهندو ته ڪو ماڻهو ايڊز جو شڪار ٿيل آهي يا نه:
- ان ماڻهوءَ جي جسماني حالت ڏسندي.
- جنسي عضون جو معائنو ڪندي.
- پيشاب جي چڪاس وسيلي.
- ايڪسري ڪرائڻ سان.
- بيماريءَ جون علامتون ڏسڻ سان.

رت جو ٿورو مقدار به ايڊز جا جراثيم منتقل ڪرڻ لاءِ ڪافي آهي.

ڇا ڪنهن شخص کي ايچ آءِ وي لڳڻ کان هڪدم پوءِ ايچ آءِ ويءَ لاءِ رت جي چڪاس ڪرائڻ گهرجي؟

ڪنڊوم کان سواءِ جنسي عمل، متاثر رت چاڙهڻ ۽ متاثر ٿيل سرنجن ۽ اوزارن وغيره کي صاف ڪرڻ کان سواءِ استعمال ڪرڻ اهڙا ڪم آهن، جن سان ايچ آءِ وي لڳي سگهي ٿي. مٿين ڪمن جي ٿيڻ جي ٽن مهينن تائين جيتوڻيڪ ايچ آءِ وي رت ۾ موجود هوندي پر رت جي چڪاس ۾ اها نظر نه ايندي. البت ٽن مهينن کان پوءِ ٿيندڙ رت جي چڪاس ۾ اها

موجود هوندي.

ايچ آءِ وي جو جسم ۾ داخل ٿيڻ

رت جي چڪاس ٽن مهينن تائين ايچ آءِ وي بابت ڪجھ بہ نہ ٻڌائيندي. ان ڪان پوءِ سڄي زندگي رت جي چڪاس متاثر ٿيل فرد کي ايڊز جو مريض ثابت ڪندي.

1_ ايچ آءِ ويءَ لاءِ رت جي چڪاس خاطر وقت سر ۽ درست فيصلي جي ضرورت آهي.

2_ اها چڪاس ڪرائڻ جو فيصلو فرد کي پنهنجي سر ڪرڻو آهي.

3_ اهڙي فرد کي چڪاس کان اڳ ۽ پوءِ صلاح مشوري ۽ حوصلي جي ضرورت آهي.

مختصر اهو تہ ڪنهن بہ شخص کي ايچ آءِ ويءَ جي چڪاس ڪرائڻ کان اڳ ايڊز ۽ ان جي لاڳاپيل خطرناڪ رجحانن ۽ عادتن بابت پتو هئڻ گهرجي. ان شخص کي جذباتي طور تي بہ چڪاس جي ڪنهن بہ نتيجي لاءِ تيار هئڻ گهرجي، ڇاڪاڻ جو اهو سندس ذات ۽ سندس ڪٽنب لاءِ انتهائي اهم ۽ نازڪ مرحلو آهي. چڪاس کان پوءِ اهڙي شخص کي پوءِ جي حالتن کي منهن ڏيڻ لاءِ تيار رهڻو پوندو.

رت جي چڪاس ۾ ڪو فرد جيڪڏهن ايڊز جو مريض ثابت ٿئي تہ ڪيس هيٺين هدايتن تي عمل ڪرڻ گهرجي:

_ ڊپ نہ ڪري ۽ اهو نہ سوچي تہ هو سگهوئي مري ويندو.

_ ان بابت هر ڪنهن کي نہ ٻڌائي.

_ ڊاڪٽر يا نرس وٽان ايڊز بابت وڌيڪ ڄاڻ حاصل ڪري.

_ ڪو اهڙو فرد ڳولهي جيڪو کيس ذهني ۽ جذباتي مدد مهيا ڪري سگهي. اهڙو ڪو فرد ڪٽنب جي ڀاتين يا دوستن مان ڪوبہ ٿي سگهي ٿو.

_ اهڙا فرد جن ايڊز بابت تربيت حاصل ڪئي آهي، سي صلاح مشورو، مدد يا ڄاڻ مهيا ڪري سگهن ٿا ۽ اهڙن ماڻهن بابت پڻ ٻڌائي سگهن ٿا جيڪي ان ڏس ۾ وڌيڪ مدد ڪري سگهن ٿا.

ايڊز جا مريض بہ اسان جي دوستن، ڀائرن، ڀارن، ڀينرن ۽ ڪٽنب جي ڀاتين وانگر آهن. سندن مدد ۽ سارسنڀال لهڻ گهرجي.

ايڊز جي مريض بابت پتو لڳڻ تي ڇا ڪجي؟

ايڊز جي مريض کي بہ نفسياتي ۽ سماجي همدردي جي ضرورت هوندي آهي. ڪٽنب جي ڀاتين ۽ دوستن کي ان جو خيال رکڻ گهرجي. ڪجھ ماڻهو ايڊز جي شڪار ٿيل تي الزام هڻندا. باشعور ماڻهن کي واضح ڪرڻو پوندو تہ ڪوبہ فرد ايڊز جو شڪار ٿي سگهي ٿو. ايڊز جا مريض بہ اسان جي ڀين دوستن، ڀارن، ڀائرن، ڀينرن ۽ ڪٽنب جي ڀاتين جيان آهن، سندن مدد ۽ سار سنڀال لهجي. هو ڪٽنب ۽ معاشري ۾ عام ماڻهن جيان رهي سگهن ٿا. ٻين ماڻهن کي سندن ۽ سندن ڪٽنب بابت ڳالهيون ڪرڻ کان جهلجي. ايڊز جا مريض ڪيترن ئي سالن تائين جيئرو رهي

ڪٽنب ۽ معاشري لاءِ ڪارائتا ثابت ٿي سگهن ٿا.

ايڊز جي مريضن جي ڪٽنبن ۽ دوستن سان ڳالهه ٻولهه مهل مذهبي تعليم، نرم روبي ۽ همدرديءَ واريون ڳالهيون ڪرڻ گهرجي.

ڇا ايچ آءِ وي/ ايڊز جو ڪو علاج آهي؟

جي نه! ايڊز جو ڪو علاج ناهي. جديد ڊاڪٽر، حڪيم وغيره ايڊز جو ڪو علاج نٿا ڪري سگهن.

ايڊز جي مريضن کي جيڪا دوا ڏني ويندي آهي، سا ان مرض جو ڪو خاص علاج ناهي، پر اها سور گهٽائڻ يا ٻين بيمارين جي علامتن کي ختم ڪرڻ ۾ مدد ڏيندي آهي. ايڊز انساني جسم کي ايترو ڪمزور بنائي ڇڏيندي آهي جو ٻيون ڪيتريون ئي بيماريون مٿس حملو ڪري ڏينديون آهن. ايڊز انهن بيمارين کي انساني جسم ۾ وڌيڪ پکڙجڻ ۾ مدد ڪندي آهي. جيڪڏهن ڪنهن شخص کي ايڊز ناهي ته پوءِ انهن بيمارين جو علاج ڪرڻ به سولو هوندو آهي، پر جيڪڏهن ڪنهن فرد کي ايڊز سان گڏوگڏ ٻيا مرض به آهن ته اهي ئي دوائون بلڪل بي اثر ثابت ٿين ٿيون.

ايچ آءِ وي/ ايڊز کان بچاءُ ڪيئن ممڪن آهي؟

هينين طريقن سان ايچ آءِ وي/ ايڊز کان بچي سگهجي ٿو:

- ايچ آءِ وي/ ايڊز جي بيماريءَ بابت سڄاڻپ حاصل ڪرڻ جهڙوڪ، حفاظتي تدبيرون ڄاڻڻ ۽ انهن تي عمل ڪرڻ.
- پنهنجو پاڻ کي ان بيماريءَ کان بچائڻ جو پڪو پهه ڪرڻ.
- فيصلو ڪرڻ جون مهارتون سکڻ.
- ڪٽنب ۽ دوستن جي مدد سان

ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ

ايڊز جي مريض سان جنسي فعل، سندس استعمال ڪيل سرنجن جي استعمال ۽ سندس رت چاڙهڻ سان ايچ آءِ وي ايڊز جو مرض ٿي سگهجي ٿو. متاثر ٿيل ماءُ پنهنجي ٻار کي حمل دوران يا ڄمڻ مهل ان بيماريءَ جو شڪار بڻائي سگهي ٿي.

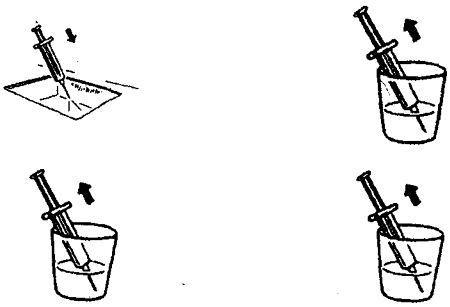
جوکم وارن ڪمن ۾ عام طور تي جوش ۽ ڪشش هوندي آهي. اهڙن عملن کان پرهيز ڪرڻ گهرجي جن وسيلي ايچ آءِ وي کان متاثر ٿي سگهجي ٿو.

ڪنڊوم

ڪنڊوم نه رڳو ايچ آءِ وي پر ٻين جنسي بيمارين جهڙوڪ سوزاڪ، آتشڪ هرپيز وغيره کان به محفوظ رکن ٿا. ڪنڊوم جنسي عمل دوران مرد جي جنسي عضوي مان نڪرندڙ مادي ۽ عورت جي جنسي رطوبتن کي هڪ ٻئي سان ملڻ کان روڪين ٿا. ڪنڊوم ربڙ جا ٺهيل هوندا آهن ۽ اهي استعمال ڪندڙن کي انهن جي صحيح استعمال جو طريقو اچڻ گهرجي جيڪو انتهائي سولو آهي.

اسپرٽ جي مدد سان سوئيون ۽ سرنجون صاف ڪرڻ جو طريقو

سپ ڪان پهرين هيءُ عمل ڏهه ڀيرا ورجايو
(اشارا)



صاف پاڻيءَ ۾ هيءُ عمل ٽي ڀيرا ورجايو

ڪنڊوم جو درست استعمال ڪئين ڪجي؟

1ـ ڪنڊوم نهڻ ۽ ان جي ميعاد (مدي) ختم ٿيڻ جي تاريخ ڏسو.

2ـ ڪنڊوم پيڪيٽ ڪان ٻاهر ڪڍو.

3ـ جڏهن عضوو سخت ٿي وڃي ته ڪنڊوم ان جي چوٽيءَ تي رکو.

4ـ ڪنڊوم کي ان جي بند سري ڪان آڱوٺي ۽ آڱر جي مدد سان جهليو.

5ـ ٻئي هٿ جي مدد سان ڪنڊوم عضوي تي هيٺين پاسي ڏانهن کوليندا وڃو. اهو عضوي جي بنياد تائين چاڙهيو ۽ سري ڪان ان جي هوا ڪڍو. ان ڳالهه جو خيال رکو ته ننهن وغيره لڳڻ سان ڪنڊوم ڦاٽي نه پوي.

6ـ هاڻي اوهان پنهنجي ساٿيءَ سان جنسي فعل ڪري سگهو ٿا.

7ـ فارغ ٿيڻ ڪان پوءِ ڪنڊوم کي عضوي تان لاهيو. ڪنڊوم ڪنهن ٽشو پيپر وغيره جي مدد سان لاهي سگهجي ٿو.

8ـ ڪنڊوم ڪنهن ڪاغذ وغيره ۾ رکي ضائع ڪريو ۽ پنهنجي هٿن ۽ جنسي عضون کي چڱي ريت صاف ڪريو.

سوئيُون ۽ سرنجون

ٻين فردن جي استعمال ڪيل سوئين ۽ سرنجن کي استعمال ڪرڻ ڪان اگ ايچ آءِ وي/ ايڊز ڪان بچاءُ واسطي تمام گهڻي احتياط جي ضرورت آهي.

ڊاڪٽر، نرسون ۽ ٻيا صحت ڪارڪن سرنجون ۽ سوئيون درست طريقي سان صاف ڪرڻ جو طريقو ڄاڻن ٿا. صفائيءَ مان مطلب آهي ته ايچ آءِ وي ۽ ٻين بيمارين جا جراثيم ڪهڙي ريت ناس ڪجن.

ان جو سپ ڪان سولو طريقو اهو آهي ته سوئيون ۽ سرنجون پندرهن منٽن تائين ٽهڪندڙ پاڻي ۾ رکجن. ان ڪان سواءِ اهي اسپرٽ ۾ به صاف ٿي سگهن ٿيون، جنهن جو طريقو تصوير ۾ ڄاڻايل آهي.

رت چاڙهڻ

کنهن هنگامي صورت حال ۾، کنهن بيمار يا زخمي شخص کي ٻئي ماڻهوءَ جو رت چاڙهيو ويندو آهي. رت چاڙهڻ سان زندگي بچائي سگهجي ٿي، پر ان لاءِ ضروري آهي ته اهو رت ايچ آءِ وي، سوزاڪ، يرقان بي ۽ مليريا کان پاڪ هجي. ايچ آءِ وي جي متاثر شخص جو رت چاڙهڻ سان به ان بيماري جو مريض ٿي سگهجي ٿو. ايچ آءِ وي لڳل رت چڪاس کان پوءِ استعمال نٿو ڪري سگهجي.

پنهنجو پاڻ کي ايچ آءِ وي/ ايڊز کان ڪيئن بچائجي؟

جوکم وارن ڪمن ۾ عام طور تي جوش ۽ ڪشش هوندي آهي، اسان کي اهڙن عملن کان پرهيز ڪرڻ گهرجي، جن جي ذريعي ايچ آءِ وي کان متاثر ٿي سگهجي ٿو. اهڙن عملن جا عمومي مثال هيٺ ڏجن ٿا:

شاديءَ کان اڳ جنسي فعل، ايچ آءِ وي/ ايڊز کان متاثر ٿيل فرد سان جنسي فعل، شريڪ حيات کان سواءِ ٻئي ڪنهن سان جنسي فعل، غير محفوظ جنسي عمل ۾ شامل ٿيڻ، ڪنڊوم استعمال نه ڪرڻ، ٻين همراهن سان گڏ سرنجن ۽ سوئين سان نشو واپرائڻ.

ڪٽنب ۽ دوستن جي مدد حاصل ڪرڻ

بهتر فيصلو ڪرڻ ۽ چڱن ڪمن لاءِ اسان کي پنهنجي ڪٽنب ۽ دوستن جي مدد جي ضرورت هوندي آهي. مدد جون هيٺيون صورتون ٿي سگهن ٿيون:

- پهريون ڀيرو ناڪاميءَ جي صورت ۾ تسلي ڏجي.
- چڱن مٺن ڪمن جي سڃاڻپ ۽ انهن ۾ فرق ڪرڻ.
- قبوليت ۽ منظوري لاءِ.
- نصيحت.
- ڇا ڪرڻ گهرجي؟ جا مثال ڏيڻ.
- نااميدي ۽ ڪمزوريءَ جي صورت ۾ جذباتي سهارو ڏيڻ.

موت جو ڀوائتو پاڇو

عالمي صحت تنظيم موجب هن مهل دنيا ۾ ايڊز جي مريضن جو تعداد پنجن لکن کان وڌيڪ آهي، ڪيترن ئي ملڪن ۾ ايڊز جا ڪيس رپورٽ نٿا ٿين، انڪري اندازو آهي ته ان جو اصل تعداد گهڻو وڌيڪ هوندو. آمريڪا جي مرضن تي قابو پائڻ واري مرڪز موجب 22 لک آمريڪي پنهنجي جسم ۾ ايچ آءِ وي وائرس سميت جيئن پيا.

آمريڪي آباديءَ جي جن حصن ۾ ايڊز لڳڻ جو وڌيڪ جوکم آهي، تن ۾ هم جنس پرست، عورت ۽ مرد پنهنجي سان جنسي تعلق رکندڙ، هڪ ئي سوئي وسيلي منشيات جسم اندر داخل ڪندڙ، ايڊز لڳل ماءُ وٽ ڄمندڙ ٻار ۽ 1977ع کان 1985ع تائين رت چڙهائيندڙ شامل آهن. (1985ع کانپوءِ رت جي منتقلي کان اڳ چڪاس لازمي قرار ڏنل آهي.) تازن انگن اکرن موجب هر 100 کان 200 تائين آمريڪين مان هڪ ڄڻو ايچ آءِ وي پازيٽو آهي.

وبا جي ڇانوري ۾

ايڊز جي ظاهر ٿيڻ ماڻهن جو ڪجھ اهڙن روين ڏانهن ڌيان ڇڪرايو آهي جيڪي اڳي ناممڪن ۽ اوپرا هئا.

"**اسين** ڪنڊوم ڪي گورن جا ڦوڪڻا سڏيندا آهيون." سلومي ٽهڪ ڏيندي ٻڌايو ته گهر جي فرش تي وينل ٻيون عورتون به کلڻ لڳيون. سلومي مدراس جي ڪچي آباديءَ ۾ رهندي آهي ۽ 19 ورهين جي ڄمار ۾ ٽين ٻار جي ماءُ بڻجڻ واري آهي. هوءَ چوي ٿي: "ان ٻار کانپوءِ آپريشن ڪرائيندس. مون کي ڦوڪڻا نه گهرجن. مهرباني."

فاطما زور سان ڪنڌ ڌوڻي چيو: "مونکي اوڏانهن وڃي ڪم ڪرائڻو پيو، پنهنجي ساهرن کان لڪي. خدا جو شڪر آهي جو جان ڇُٽي پئي نه ته پنجون ٻار پيدا ڪرڻ تمام گهڻو ڏکيو هو."

گوري ان گروهه جي انهن ٿورڙين عورتن مان هڪ آهي جنهن اڃان تائين

شيا ملانت راج 1991ع (دوران) ڏکڻ ڀارت ۾ ايڊز ايڪشن پروگرام شروع ڪيو. هوءَ هڪ اخبار جي اڳوڻي ايڊيٽر آهي ۽ هاڻي فري لانس صحافي آهي. ايچ آءِ وي جي مريضن جي نظربنديءَ بابت خبر ڏيڻ ڪانپوءِ سندن ڪيس ڪورٽ آڏو آڻڻ ۾ مدد ڪيائين. آخرڪار انهن کي آزادي نصيب ٿي.

ڏکڻ ايشيائي ملڪن ۾ سماجي صورتحال تقريباً هڪ جهڙي آهي. خاص طور تي غريب ۽ هيٺين طبقن جي ماڻهن جي بيوسي ۽ لاچاريءَ ۾ ته ڪو فرق ناهي. غربت، بک، جهالت ۽ بيماريون، ڀارت، بنگلاديش، سريلنڪا ۽ پاڪستان جي سوڙهين ۽ اونداهي غريب وستين جا عمومي مسئلا آهن. صحت، صفائي ۽ تعليم کان محروم انهن اونداهي وستين تي ايڊز جو حملو شديد تر آهي.

آپريشن نه ڪرايو آهي. هن چيو: ”ڊاڪٽر ٻڌايو ته آءٌ تمام گهڻي ڪمزور آهيان. مون ۾ رت ناهي ان ڪري انتظار ڪرڻو پوندو.“

لڪشمي طنز ڀري لهجي ۾ چوڻ لڳي: ”پر اها ڳالهه تنهنجي مڙس کي نه ٿي روڪي سگهي.“ لڄ جي ڳاڙهاڻ لڪائيندي گوريءَ چيو، ”بس هاڻ اهو ئي ڪري سگهان ٿي ته هاڻ ٻورهاري نه ٿيان. ٻيو ڪري به ڇا ٿي سگهان.“

”لڪشمي! تون ان معاملي ۾ سڀ کان وڌيڪ مناسب عورت آهين. اهو ته ٻڌاءِ ڪڏهن ڪنڊوم استعمال ڪيو اٿئي؟“

ٺٺ جا ڀن چٻاڙيندي لڪشمي ٻڌايو: ”تنهنجو مطلب آهي گورن جا ڦوڪڻا؟ سچي ڳالهه اها آهي ته هڪ ڀيرو استعمال ڪيا هئم. منهنجي مرد کي بلڪل پسند ناهن، ياد اٿم ته استعمال ڪانپوءِ گهر ۾ اهي اڇلائڻ به خراب ٿي لڳو. توکي ته خبر آهي ته ٻار ان سان ڪيڏڻ ٿا لڳن. ٻار انهن ۾ هوا ٿا ڀرين يا پاڻي، پوءِ هيڏانهن هوڏانهن ڦيرائيندا ٿا رهن. اف خدا! هڪڙي ڦوڪڻي ۾ ڪيڏو پاڻي ڀرجيو وڃي.“ گوريءَ شرارتي لهجي ۾ چيو.

پنهنجي ڪير پياڪ ٻار کي ٿڦڪي ڏيندي چيائين: ”جڏهن هيءُ ڄائو هو ته سرڪاري اسپتال جي نرس تمام گهڻا ڦوڪڻا مون کي ڏيندي چيو هو ته، پنهنجي مڙس کي چئجانءِ ته اهي استعمال ڪري. منهنجو مڙس ڪاوڙ ۾ تپجي ويو ۽ چوڻ لڳو ته تون مون کي خصي ڪرڻ چاهين ٿي ۽ ڪاوڙ ۾ سڀ ڦوڪڻا گهر کان ٻاهر ڦٽا ڪري ڇڏيائين.

فاطما جنهن جي مڙس شهر جي ڪنهن ٻئي علائقي ۾ هڪ ٻي زال به ڪئي آهي، چيو، ”منهنجو مڙس ته هڪدم سوچڻ ٿو لڳي ته آءٌ ڪنهن ٻئي مرد سان ڦٿل ته ناهيان. اهي مرد ايڏا شڪي ٿيندا آهن. هو چوندو رهندو آهي ڪيڏانهن ويئي هئين؟ ڪنهن سان ڀئي ڳالهائين ۽ اُتي ڇا ٿيئي ڪيئي؟ هاڻ سوچ ته اهڙن مرد کي اسين ڦوڪڻا استعمال ڪرڻ لاءِ ڪيئن چئون؟“

ڀارت ۾ رڳو گوري ۽ سلوميءَ جهڙيون عورتون ئي ناهن جن کي غير ضروري حمل ٿيڻ ۽ اَن کان بچڻ لاءِ ڏکيائي ٿيندي هجي. ٻار روڪ جي گهڻتائي سڀني عورتن کي متحد ڪري ڇڏيو آهي. اڄ جڏهن ڀارت جي آبادي 88 ڪروڙن تائين پهچي چڪي آهي ۽

2000 تائين هڪ ارب ٿي ويندي، ڪٽنبي رٿابنديءَ تي جارحاڻي عمل جي ضروري شدت سان محسوس ٿيڻ لڳي آهي. جهڙي ريت ڊاڪٽر ميراشيوا پنهنجي مضمون ”لکين انسان لاءِ صحت“ ۾ لکيو آهي، ”جيتوڻيڪ مردن جي نس بندي سولي ٿيندي آهي ۽ ان ۾ پيچيدگيون به نه ٿينديون آهن، پوءِ به اهو قبوليت جوڳو طريقو ناهي. ان جو سبب اهو وهم آهي ته ان سان نامردي پيدا ٿئي ٿي. ان وهم کي ختم ڪرڻ جي ڪوشش ڪرڻ بدران عورت کي سُنڌ ٿيڻ تي راضي ڪرڻ جي ڪوشش تي ڀرپور ڌيان ڏنو ٿو وڃي ۽ ان کي اسان جي سماجي سرشتي ۾ واحد حل طور پيش ڪيو ٿو وڃي.“

ايڊز جي پکيڙ، حڪومت ۽ ٻين ادارن کي انهيءَ حڪمت عمليءَ تي نظرثاني ڪرڻ تي مجبور ڪري ڇڏيو آهي.

پاپوليشن سروسز انٽرنيشنل ايڊز طرفان ڪنڊوم جي ڪامياب سماجي مارڪيٽنگ انهيءَ ضرورت جي اهميت واضح ڪئي آهي ته ڪنڊوم جي اثرائتي مارڪيٽنگ انتهائي ضروري آهي. ان اداري جو مرڪز دهلي ۾ آهي ۽ اهو ڪٽنبي ڀلائي سان لاڳاپيل آهي.

ان ڳالهه جي تڪڙي ضرورت آهي ته سمورين آبادين تائين پهچجي ۽ ڪين شعور ڏجي.

اڪثر عورتن کي پتو ئي ناهي ته ڪنڊوم جي استعمال سان هو جنسي بيمارين کان بچي سگهن ٿيون. ”منهنجو خيال هو ته اهي رڳو ڪٽنبي رٿابندي لاءِ استعمال ٿين ٿا. هونئن آءٌ تمام گهڻي محتاط آهيان. آءٌ ڪنهن کي ڏسڻ سان ئي سمجهي ويندي آهيان ته ان شخص ۾ ڪا خرابي آهي. سندس نڪ، هٿ يا ڪن ڏسي.“

جيڪي تجارتي ادارا ڪنڊوم ٺاهين ٿا، اُهي به ڪنڊوم کي جنسي بيمارين جهڙوڪ، ايڊز، ايچ آءِ وي سان ڳنڍڻ کان ڪيٻائين ٿا. هو پنهنجي شين کي رجحان ساز ۽ اعليٰ شيءِ قرار ڏيڻ وڌيڪ مناسب ليکين ٿا. جيتوڻيڪ مرداڻي تسلط جي حوالي سان هلندڙ ان مارڪيٽنگ سان سندن وڪرو ته وڌيو آهي پر سندن گراهڪ ڪائيندڙ پيئندڙ ڪٽنبن جا آهن ۽ گهٽين ۾ رهندڙ هيٺين طبقي جا فرد انکي تسليم نٿا ڪن. ان واسطي ڪنڊوم جي استعمال جي فيصلي کي، سندن نفسياتي رڪاوٽن کان وڌيڪ سگهارو ڪرڻو پوندو. ان صورتحال کي ان جي حقيقي ماحول، ان جي رهندڙن جي طريقن، سندن محرومين ۽ ماحول جي جبر ۾ ان جي ممڪن طرز زندگي کي سامهون رکندي ڏسڻ گهرجي.

...رد شراب کان سواءِ گذارو نٿا ڪري
...ڪهن، ان ڪري هو پنهنجو ڪم يا روزگار
...ايو ويهن ۽ گهر جو انتظام هلائڻ جي
ذميواري اڪيلي عورت تي پوي.

منو اهڙن ماڻهن جي مخصوص رويي جي نمائندگي ڪري ٿو. هو چوي ٿو ته، ”آءٌ ان بندرگاهه تي قليءَ جو ڪم ٿو ڪريان. ڪڏهن ڪڏهن تيز اُس ۾ ڪلاڪن جا ڪلاڪ ڪم ڪرڻ سبب منهنجو جسم گرم ٿي ويندو آهي، ان ڪري ان کي ٿڌو ڪرڻ ضروري ٿي پوندو آهي.

"ڪنڊوم!؟" پيرومل ڪاوڙجندي چيو، "ڇاجي لاءِ؟ منهنجي زال جو آپريشن ٿي چڪو آهي. هاڻ ان کي ڪنهن ڪٽنبي رٿابندي جي ضرورت ناهي. صحت جا ڪارڪن اسان کي ڪنڊوم ڏيندا رهندا آهن، پر اسين اِهي ٻارن کي ڏئي ڇڏيندا آهيون يا وري اُڇلائي ڇڏيندا آهيون. آءٌ نٿو سمجهان ته ڪو اهي استعمال به ڪندو هوندو. هونئن به انهن جي استعمال ڪرڻ کان پوءِ انهن مان ڇوٽڪارو حاصل ڪرڻ به هڪ عذاب آهي."

پيرومل جتي رهي ٿو اُتي سندس اِهو مسئلو سمجهه ۾ اچي ٿو. هو، سندس زال ۽ ٽي وڏڙ ٻار هڪ سؤ چورس فٽن جي گهر ۾ رهن ٿا، جتي سندس ٻه ٻيا ڀائر به رهندا آهن. سندس گهر ڪالوني جي 700 گهرن مان هڪ آهي، جيڪو اصل ۾ 300 گهرن لاءِ ٺاهي وئي هئي. هڪٻئي سان ڳنڍيل گهر ۽ سوڙهيون گهٽيون. جيتوڻيڪ گهرن ۽ گهٽين کي صاف رکيو ٿو وڃي پر ڪجهه نلڪن پرسان ۽ ڪاڪوسن جي چوڌاري تمام گهڻي گندگي ٿئي ٿي. ان جو سبب ڪجهه ته سوڙهي جاءِ ۾ وڌيڪ ماڻهن جو رهڻ آهي ۽ ڪجهه پاڻي جي ڪوٽ ۽ نڪاسيءَ جو خراب انتظام آهي.

انهيءَ رش ۽ ناقص صفائي هوندي به پيرو مل بي نياز ته ڇا خاصي حد تائين، مطمئن آهي. "جيڪڏهن پنهنجي ڳوٺ مان نہ نڪران ها ته ماحول ته صاف سٺرو مليم ها پر ڪمايان ٽڪو به نہ ها. هتي ايترو ڪمائي ٿو وٺان جو پنهنجو ڪٽنب پالي وٺان ۽ ٻار پڙهائي سگهان. ان کان سواءِ پيوڪري به ڇا ٿو سگهان."

ان ڪالونيءَ جا اڪثر مرد رڪشائون ڇڪين ٿا، ڏهاڙي وارا پورهيت يا اڏاوتي ڪم ڪندڙ مزدور آهن. پنهنجي آمدني وڌائڻ لاءِ منجهائن ڪي اسپتالن ۾ پنهنجو رت به وڪڻن ٿا پر هاڻي اسپتال وارن رت خريد ڪرڻ بند ڪري ڇڏيو آهي. پيرومل چوي ٿو، "اسين ڪنهن ننڍي جاءِ تي ويندا آهيون، جتي اسان کي ڪو تنگ نہ ڪندو آهي."

ڀارت ۾ رڳو ڳوري ۽ سلومي جهڙيون عورتون ناهن جن کي غيرضروري حمل ٿيڻ ۽ ان کان بچڻ جي ڏکيائي آهي. ٻار بند ڪرڻ جي ڪوٽ سڀني عورتن کي متحد ڪري ڇڏيو آهي.

پيرومل جو گهر انهن هزارين ڪچن گهرن مان هڪ آهي جيڪي مدراس شهر جي نقشي تي نقطن وانگر پکڙيل آهن ۽ جن ۾ لکين ماڻهو رهن ٿا. روزانو پنهنجو علائقو ڇڏي شهر ايندڙ اهي همراهه روزگار ڳولهين ٿا ۽ ائين نيون وسنديون ٺهن ٿيون. اهو رهائشي گهوٽالو ڀارت جي هر شهر ۾ ظاهر ٿي رهيو آهي. غربت ۽ گهرن کان ڀڳل همراهه انهن آبادين ۾ رهن ٿا. اها صورتحال ماحول کي تباهه ڪري رهي آهي ۽ وڏي پيماني تي پيڙا ڀري نقل مڪانيءَ جو رستو کولي رهي آهي.

هڪ اندازي موجب 2001ع تائين شهري آبادي ڏهه ڪروڙ تائين پهچي ويندي. آباديءَ جي انهيءَ اضافي ۾ ڇهه ڪروڙ واڌ قدرتي سببن جي ڪري ٿيندي. آبادين ۾ نقل مڪاني ان واڌ جو اصل سبب آهي.

ڀارت جي 75 سيڪڙو آبادي زراعت سان لاڳاپيل آهي. جڏهن بارشون وڌيڪ ٿيون پون ته ماڻهو متبادل روزگار ڳولهيندا آهن. ڳوٺاڻن علائقن ۾ پورهيتن کي کپائيندڙ صنعتن جي کوٽ، متبادل هنر سيکارڻ جي سهولتن جي اڻهوند ۽ سرمائي جو شهري علائقن ۾ ئي محدود رهڻ، اهي سبب آهن جن جي ڪري پيرومل جهڙا ماڻهو پنهنجي روايتي زندگي ترڪ ڪري شهرن ڏانهن اچڻ تي مجبور ٿين ٿا. اهو ڪڏهن به نٿو ٿئي ته اهي ماڻهو ڳوٺن ڏانهن موٽي وڃن، جيئن پيرو مل جو ٻارهن سالن جو پٽ چوي ٿو، ”زراعت اڻپڙهيل ماڻهن جو ڪم آهي، مون کي ته سرڪاري نوڪري گهرجي.“

ايندڙ پيري لڪشمي سان ملياسين ته چوڻ لڳي: ”بيروزگاري اسان جو سڀ کان وڏو مسئلو آهي. مردن کي ته اڌاوتي مزدوري يا قليءَ جهڙو ڪونه ڪو ڪم سدائين ملي ٿو وڃي، پر اهي سخت محنت وارا ڪم آهن. جيڪڏهن مرد شراب گهڻو ٿا پيئن ته ان ۾ حيرت جي ڪا ڳالهه ناهي. پر ڪجهه عرصي کان پوءِ هو ان کان سواءِ گذارو نٿا ڪري سگهن ۽ ان ڪري پنهنجي ڪم يا نوڪريءَ تان هٿ ڌوئيو وڃن، پوءِ گهر هلائڻ جي ذميواري عورت تي اچيو پوي. ڪجهه اهڙين عورتن کي سڃاڻان ٿي جيڪي پنهنجي مڙسن لاءِ پاڻ شراب وننديون آهن ته جيئن ڪين پتو لڳي سگهي ته هو ڪيترو شراب پيئن ٿا ۽ پوءِ اهو به ته جڏهن سندن مڙس گهر ۾ هوندا ته ٻين عورتن وٽ وڃڻ جو امڪان به گهٽ هوندو.“

ڀارت ۾ ايڊز جي منهن ڪڍڻ ماڻهن کي ڪجهه اهڙن روين ڏانهن متوجه ڪيو آهي، جيڪي ان ملڪ ۾ نامڪن ۽ اوپرا هئا. ”هڪ رات مون سان گڏ هلو ته اوهان کي گهٽ ۾ گهٽ ٽي اهڙا محترم پڙهيل ۽ مشهور ماڻهو ڏيکاري سگهان ٿو جيڪي هم جنسي ڪن ٿا.“ هم جنس پرستيءَ تي نڪرندڙ هندستاني رسالي جو ايڊيٽر اشوڪ رائو ڪوي چوي ٿو:

”هم جنس پرستيءَ جو وجود آخرڪار مڃيو ويو آهي ۽ اها حقيقت به آهي ته شاديءَ کان اڳ ماڻهن ۾ جنسي عمل مان لنگهڻ جو رجحان وڌي رهيو آهي. سڄي ملڪ ۾ موجود حمل ڪيرائڻ وارين سرڪاري ڪلينڪن وسيلي شاديءَ کان اڳ ڳورهاري ٿيڻ واري رفتار جو جائزو ورتو ويو ته ان رجحان ۾ واڌ جو پتو لڳو. هڪ ٻي سروي موجب مهاراشٽر رياست جي ڳوٺاڻن علائقن جي ڇوڪرين ۾ جنسي بيماريون تمام گهٽيون آهن.“

مهاراشٽر وارو سروي ان خيال جي نفي ٿو ڪري ته ڀارت جو اخلاقي قدرن وارو سرشتو ايڊز جي پکڙجڻ کي روڪي سگهي ٿو. بلڪ اهو نسبتا جلدي شڪار ٿيڻ جي امڪان جي نشاندهي ڪري ٿو. اها طئي ٿيل ڳالهه آهي ته ٻين جنسي بيمارين جي موجودگيءَ ۾ ايڊز وڌيڪ تيزيءَ سان لڳي ٿي. يونيسيف جي ڪرايل

”اسين ان وقت ڇا ڪنداسين جڏهن ڪنهن شخص کي اهو ٻڌايون ته ڪيس ايڊز آهي. اسان وٽ چڪاس کان اڳ ۽ پوءِ رابطي ۽ رهنمائي لاءِ ڪا سهوليت ناهي.“

هڪ سروي موجب هر ويهن پارتي مردن ۾ عورتن مان هڪ، ڪنهن نہ ڪنهن جنسي بيماري جو شڪار آهي. ان جو پسمنظر اهو آهي تہ پارت ۾ جنسي تعليم ناهي. جنس ۽ ان سان لاڳاپيل معاملن تي ڪوبہ کُلي طرح نٿو ڳالهائي. جنسي بيماريءَ سان لاڳاپيل هئڻ شديد توهين تصور ٿئي ٿي ۽ بيماريءَ جي علاج لاءِ ٽوٽڻ ڦيٽڻ تي پروسو ڪيو ٿو وڃي، جنهن جي نتيجي ۾ علاج ۾ دير ٿئي ٿي. اهي عنصر ايڊز پکڙجڻ کي وڌيڪ سولو ٿا ڪن. ان حقيقت جي باوجود تہ سڄي ملڪ ۾ جنسي بيمارين جون 300 ڪلينڪون آهن پر ميڊيڪل علاج آخري چاري طور استعمال ٿئي ٿو.

ڪلينڪن تي ڊاڪٽرن جو برتريءَ جي احساس وارو رويو، ماڻهن کي ان بابت تعليم ڏيڻ ۽ حفاظتي تدبيرن بابت مواد جي اڻهوند، ان وبا بابت ماڻهن جي لاعلمي ۾ اضافو ڪري رهي آهي. ماهر ڊاڪٽرياڻيون بہ بيمار عورتن کي جلد علاج ڪرائڻ کان روڪين ٿيون. ڳٽنيءَ جي وڌندڙ انهيءَ ماحول ۾ ڪجهہ غيرسرڪاري تنظيمون اهو ڄاڻڻ جي ڪوشش ۾ آهن تہ مختلف آبادين ۾ جنسي بيمارين جي شرح ڇا آهي.

ان حقيقت جي باوجود تہ ماڻهو جنسي معاملن تي نہ ٿا ڳالهائين ۽ سندن ذاتي رويو حوصلہ شڪن هوندو آهي پر گهٽي پاڳي مردن سان ڪم ڪندڙ هڪ سماجي ڪارڪن چوي ٿو:

”جنسي معاملن تي ڳالهائڻ ايترو ڏکيو ناهي جيترو سمجهيو ٿو وڃي. ماڻهو چاهين ٿا تہ هو انهن معاملن تي بہ ڪجهہ نہ ڪجهہ ڳالهائين پر ڪين پتو ناهي تہ اهو ڪٿي ۽ ڪيئن ڪن.“ مدراس جي ڪچين آبادين ۾ عورتن جي مسئلن تي ڪم ڪندڙ هڪ سماجي ڪارڪن جو چوڻ آهي، ”انهن ماڻهن جو بي تڪلف هئڻ اچرج جوڳو آهي پر اهو تڏهن ممڪن آهي جڏهن اوهان پنهنجي متعلق بہ بي تڪلفيءَ سان ڳالهايو. منهنجو خيال آهي تہ اهو پهلو وڌيڪ وقت ٿو لهڻي ۽ محنت طلب بہ آهي.“

جيڪي واپاري ادارا ڪنڊوم ناهين ٿا، سي اجا تائين ڪنڊوم کي جنسي بيمارين جهڙوڪ ايڊز، ايڇ آءِ وي سان لاڳو ڪرڻ کان ڪيٻائين ٿا.

جنسي منڊيءَ ۾ ڪم ڪندڙ عورتون ايڊز جو شڪار ٿيڻ جي وڌيڪ جوکم تي آهن. وجيا ڏهن سالن کان بہ وڌيڪ عرصي کان جنسي ڪارڪن آهي. هوءَ انهن 500 عورتن مان هڪ هئي جن کي غير اخلاقي حرڪتن واري ايڪٽ هيٺ گرفتار ڪيو ويو هو. سزا ختم ٿيڻ ڪانپوءِ بہ ڪيس نظربند رکيو ويو، ڇاڪاڻ جو سندس ايڇ آءِ وي چڪاس پازيٽو آئي. 1990ع جي آخر ۾ مدراس هاءِ ڪورٽ جي مثالي فيصلي تحت، جنهن موجب ايڊز جي بنياد تي گرفتاري يا نظربندي غير قانوني آهي، وجيا ۽ ٻين جنسي ڪارڪن کي آزاد ڪيو ويو ۽ هو پيهر پنهنجي ڪم سان اچي لڳيون.

مدراس هاءِ ڪورٽ جي ان فيصلي جو هڪ مثبت پهلو اهو بہ نڪتو تہ هاڻ جنسي واپار کي ختم ڪرڻ جي ڪوشش بدران

ان ڳالھ تي ڏيان ڏرڻ جي پاليسي ناهي پئي وڃي تہ ان ڪرت ۾ رذل ماڻهن جي واهر ڪجي. پھريون پيرو اهڙا سروي ڪرايا پيا وڃن جن ۾ عورتن جون ترجيحون ڄاڻڻ جو ڪوشش ڪئي پئي وڃي. جيئن توقع ڪري سگهجي ٿي، صحت سندن ترجيحن ۾ سڀ کان هيٺ آهي. سندن بنيادي ترجيح سندن ٻار آهن يا وري هو چاهن ٿيون تہ پوليس مان سندن جان ڇڏرائي وڃي.

نشي جو استعمال بہ ايترو گهٽ ناهي جيترو سمجهيو ٿو وڃي. ٽي ٽي رنگاناٿن ڪلينيڪل ريسرچ فائونڊيشن مدراس جي ڊائريڪٽر شانتي رنگاناٿن چوي ٿي: "اڄڪلھ اسين اڳي کان وڌيڪ نشي جا عادي ماڻهو ڏسي رهيا آهيون. اهي معاشري جي سمورن طبقن سان تعلق رکندڙ آهن. اسان وٽ اعليٰ آفيسر، واپاري، شاگرد سڀئي اچن ٿا. انهن ۾ عورتن کان وڌيڪ مرد آهن، پر هاڻ عورتن جو تعداد بہ اڳي کان وڌيڪ آهي. ٻہ سال اڳ تائين اسان وٽ اهڙا ماڻهو نہ ايندا هئا، جيڪي سرنج ذريعي نشو واپرائيندا هئا پر هاڻ اهو ذريعو بہ استعمال ٿي رهيو آهي."

وبا جي انهيءَ نسبتا نئين پهلوءَ تي قابو پائڻ لاءِ ڪي رضاڪار گروهہ حڪومت جي سهڪار سان "سرنجن جي متاسٽا جا مرڪز" ملڪ جي مختلف حصن ۾ قائم ڪرڻ تي ويچاري رهيا آهن. انهيءَ غيرمعمولي صورتحال ۾ عملدار هر طرح جي ڪوشش تي راضي آهن، سواءِ اهڙين ڪوششن جي جيڪي ڪنهن مسئلي کي جنم ڏين. اسان جي ڪاموراشاهيءَ جي زبان تي هاڻ اهي لفظ سولائي سان اچيو وڃن تہ "اخلاقي فيصلن کان پاڪ، رضاڪاراڻي، گمنام، رازداريءَ ڀري مشاورت."

انڪري حڪومت ۽ انهيءَ شعبي ۾ ڪم ڪندڙن وچ ۾ قائم روايتي عدم اعتماد واري فضا ۾ ڪجھ گهٽتائي آئي آهي.

مسئلا جيتوڻيڪ اڃا تائين موجود آهن. هڪ تہ مسئلو اهو آهي تہ اهڙي ڪا پاليسي موجود ناهي جنهن جي بنياد تي بيمار ماڻهن کي ان صورتحال بابت ڄاڻ ڏيڻ جو اختيار ملي وڃي. ٻيو مسئلو اهو آهي تہ مريض جي اعتماد ۽ رازداريءَ کي ڪا اهميت نٿي ڏني وڃي.

شانتي هڪ ڪارپوريشن آفيسر آهي. هوءَ پرڻيل ۽ ٻن ٻارن جي ماءُ آهي. سندس ايڊز چڪاس پازيٽو نڪتي آهي. ان بابت اُن مهل پتو لڳو جڏهن هُن رت جو عطيو ڏنو. پر ڪيس اڃا تائين ان بابت ٻڌايو نہ ويو آهي. ساڻس ڳالھ ٻولھ ڪندي منهنجي لاءِ اهو يقين ڪرڻ ناممڪن آهي تہ انهيءَ سهڻي، سنئي گفتگو ڪندڙ ذهين خاتون کي اهڙي ڪنهن ڳالھ جو پتو نہ هجي جيڪا سندس زندگيءَ کي شديد متاثر ڪندي.

"اسين ان وقت ڇا ڪنداسين جڏهن ڪنهن شخص کي ٻڌائينداسين تہ ڪيس ايڊز آهي. اسان وٽ چڪاس کان اڳ ۽ پوءِ رابطي ۽ رهنمائي لاءِ ڪا بہ سهولت ناهي." هڪ ڊاڪٽر وضاحت ڪندي ٻڌايو، ان جي باوجود ڊاڪٽر مون کي اهو ڪجھ ٻڌائيندي هٻڪيو ٿي. اها پيشيوراڻي اخلاقيات ۾ هڪ خطرناڪ ڪمزوريءَ جي علامت آهي.

طب سان لاڳاپيل ماڻهن جو ايڊز جي مريض جي علاج بابت هٻڪ جو مظاهرو

هڪ ٻيو مسئلو آهي. ڊينٽ ۽ روهيت اوبرائي ٻه ڀائر آهن جن کي هيموفيليا آهي. هو رت ۽ ان جي ٻين جزن جي استعمال سان بيمار ٿيا آهن. هڪ ٻيرو سندن بابت سمجهيو ويو ته کين ايڊز آهي. ڊينٽ چوي ٿو، ”علائقي جي ڪنهن به اسپتال اسان جو علاج ڪرڻ تي راضپو نه ڏيکاريو.“ طبي امداد کان انڪار کان سواءِ دهليءَ جي هڪ فليٽ ۾ پنهنجي پيءُ سان گڏ رهندڙ ٻئي ڀائر پاڙيسرين جي سرد مهري ۽ بائيڪاٽ جو پڻ شڪار بڻيل آهن.

رت ۽ ان جي ٻين جزن جو معائنو لازمي آهي ۽ ان ڏس ۾ 67 معائنا مرڪز قائم ڪيا ويا آهن، پر اسپتالن ۾ صفائي جو انتظام مناسب ناهي ۽ اها حقيقت آهي ته پيرومل جهڙا ماڻهو خانگي اسپتالن ۾ وڃي اچ ٻه رت وڪرو ڪن ٿا، جتي رت جي چڪاس سٺي طرح سان نٿي ٿئي. اهي ڳالهيون ڳڻتي پيدا ڪن ٿيون. مٿان وري اسپتالن جي مريضن ۾ انفيڪشن جي مٿاسٽا جي امڪانن کي به رد نٿو ڪري سگهجي. رقمن جي فراهمي به هڪ اهم مسئلو آهي. ڪل وفاقي بجيٽ جو هڪ سيڪڙو کان به گهٽ حصو پبلڪ هيلٿ لاءِ مخصوص ڪيل آهي. طبي عملي وٽ علاج جي مختلف ذريعن جي سدائين کوٽ ٿي رهي. استعمال ڪانپوءِ اڇلايون ويندڙ سوئين کان وٺي اهي ٿهڪائڻ جي اوزارن تائين کوٽ سيني آڏو آهي.

بدقسمتيءَ سان هتي به هيراڦيري جون ڪوششون ڪيون ٿيون وڃن، جيئن ٻنسي ڏوڪٽر جي ڏيتي ليتي واري هر معاملي ۾ ٿيندو آهي. پرڏيهه جا چڪر لڳندا، عالمي ڪانفرنسن ۾ گڏجاڻين ۾ شرڪت جي موقعن ۽ پيشيوراڻي سڃاڻپ جي امڪان ماهر ڊاڪٽرن ۾ ان بابت جنگ جهڙي ڪيفيت پئدا ڪري ڇڏي آهي، ته منجهائن ڪنهن کي ايڊز جو حقيقي ماهر ليکيو ٿو وڃي. ساڳيو رجحان غيرسرڪاري تنظيمن ۾ به آهي، جن وٽ ايڊز پروگرام لاءِ قومي ۽ بين الاقوامي سطح تي محدود فنڊ آهن. ٻيون تنظيمون ان ڳالهه تي ڇوهه ٿيون چنڊين ته ايچ آءِ وي ۽ ايڊز تي هرويرو ڏيان ڏنو ٿو وڃي ۽ اهي الزام ٿيون ڏرين ته واسطيدار ماڻهو رڳو فيشن ۾ ان جي ڳالهه ڪري رهيا آهن.

ان جي باوجود ايچ آءِ وي ڀارت کي هڪ بهترين موقعو فراهم ڪري ٿي ته اهڙن پاليسي معاملن تي غور ڪيو وڃي جيڪي ان کان اڳ ڪڏهن به بحث هيٺ نه آيا آهن. حڪومت ايڊز جي روڪٿام واري بل 1989ع تي نظرثاني ڪئي آهي. جيئن هڪ همراهه چوي ٿو، ”ايچ آءِ وي بابت بهترين ڳالهه اها آهي ته آءُ ان کي ڪنهن به شيءِ سانَ لاڳاپيل سڏي سگهان ٿو. پبلڪ هيلٿ، احتسابي نظام، دوائن جي پاليسي، جنسي تعليم، جنسيت ۽ مردانگي وغيره. مطلب ته ڪنهن به شيءِ سان. ائين ڪنداسين ته ماڻهو ڳالهه ٻڌڻ شروع ڪندا.“

۽ چڱي خبر اها آهي ته ڪجهه ماڻهن اها ڳالهه ٻڌڻ شروع ڪئي آهي. □

ٻارن کي ايڊز بابت ٻڌائجي؟

داڪٽر سيد اسلم

ايڊز اڃا تائين انسانذات لاءِ خطرو بڻيل آهي. عالمي صحت تنظيم موجب هڪ ڪروڙ ڏهه لک ستر هزار انسان هيل تائين ان مرض وگهي اجل جو شڪار ٿي چڪا آهن ۽ ٽي ڪروڙ سٺ لک ان جي وائرس جو شڪار بڻيل آهن. اهو مرض نه رڳو اوله ۾ پر اوڀر ۾ به تيزيءَ سان وڌندڙ بلا آهي.

ايڊز ۾ ڦاٿل ماڻهن جو تعداد ماضيءَ جي لڳاڀڳ سمورن اندازن کان وڌيڪ آهي. WHO موجب سڄي دنيا ۾ جنسي طور تي فعال هر 100 ماڻهن مان هڪ ڄڻو انهيءَ آفت جو شڪار بڻيل آهي. جيڪڏهن ان جي پکڙجڻ جي رفتار ساڳي رهي ته 2000ع تائين ان مرض ۾ ڦاٿل يا ان جي وائرس جي شڪار ماڻهن جو تعداد 4

ڪروڙ ٿي ويندو. روزانو تقريبا 16 هزار ماڻهو ان جي وائرس جو شڪار ٿين ٿا. دنيا جي اڪثر علائقن ۾ نون مبتلا ٿيندڙ ماڻهن جي اڪثريت جي ڄمار 15 کان 24 سالن جي وچ واري آهي.

جڏهن ايڊز جي عارضي جي تشخيص ٿئي ٿي ته اهو بيماريءَ جو اهو مرحلو هوندو آهي، جڏهن مرض پنهنجي چوٽ تي پهچي چڪو هوندو آهي. اوله جي تقريبا 20 سيڪڙو مريضن ۾ اها ڄمار 22 کان 29 سال آهي. جيئن ته ان مرض جي وائرس لڳڻ ۽ ان جي جوڀن ۾ اچڻ دوران 8 کان 10 سالن جو عرصو لڳي ويندو آهي، انڪري اهو تصور ڪرڻ مناسب ٿيندو ته اهو مرض ڇوڪرات وهيءَ ۾ لڳي ٿو ۽ ان جو اظهار ان مهل ٿيندو آهي جڏهن اها وهي ختم ٿيڻ لڳي ٿي.

ڇوڪرات وهي اهو دور آهي جڏهن ڏور رس ۽ گهريون جسماني، نفسياتي ۽ سماجي تبديليون پيش اچن ٿيون. جڏهن ڪٽنب جي اثر کان ڌار هڪ مختلف شخصيت جُڙڻ لڳندي آهي ۽ خيال ۽ عمل جي آزاديءَ جا اڌما پيدا ٿيندا آهن، انفرادي حيثيت واضح ٿيندي آهي ۽ جنسي بلوغت جا آثار ڪر ڪڍندا آهن. ان زماني ۾ تجسس حاوي هوندو آهي. پنهنجو پاڻ کي ڳولهڻ ۽ مختلف طور طريقن سان تجربا ڪرڻ جي خواهش ٿيندي آهي. ڪجھ نوجوانن ۾ جنسي بي راه روي به اچي سگهي ٿي، پر منجهن ايتري بالغ نظري نه هوندي آهي جو وقت کان اڳي ڪيل جنسي تجربن جي ڏکيائين کي مڪمل طور تي پروڙي سگهن ۽ انهن جي ڪري مستقبل ۾ سامهون ايندڙ اٽوٽندڙ نتيجن جو صحيح ادراڪ ڪري سگهن. جسماني لحاظ کان به ڇوڪرات وهيءَ جا جنسي تجربا صحت لاءِ هاڃيڪار آهن. ڇوڪرين ۾ سرويڪس جي واڌويجھ مڪمل طور تي نه ٿيل هوندي آهي. ان هنڌ وڌندڙ ويجهندڙ خلين جو هڪ سنهڙو ته هوندو آهي، جيئن ته اهو ته اجا ڪچو هوندو آهي ۽ بلوغت جي گهاٽي ته ۾ تبديل ٿيل نه هوندو آهي، تنهن ڪري ان وسيلي سمورن سفلي ۽ جنسي مرضن جي پنهنجي سر حفاظت ممڪن نه هوندي آهي. ظاهر آهي ته اها صورتحال سنگين پيچيدگين جو سبب بڻجي سگهي ٿي.

ڇوڪرات وهيءَ ۾ اڪثر عمل ۽ فعل هڪدم ٿيندڙ ٿين ٿا. ان ڄمار وارا خطرا ۽ جوکم قبولڻ لاءِ هر وقت تيار رهن ٿا، ڪين ان جو فڪر نه هوندو آهي پر هو انهيءَ خوشفهميءَ جو شڪار هوندا آهن ته هو هر لحاظ کان مڪمل، ناقابل شڪست ۽ سدائين تندرست رهڻ وارا آهن ۽ ڪين ڪو لهر نه ڪو لوڏو آهي. ان ڪري هو ايڊز کان به نه ٿا ڊڄن. سندن اهي عادتون نتيجن جي لحاظ کان جوکم ڀريون هونديون آهن. جوکم کڻڻ واري عادت جي پسمنظر ۾ اهو خيال وينل هوندو آهي ته سندن پنهنجي ٽولي ۾ عزت ٿيندي ۽ هو معاشري ۾ پنهنجي حيثيت مڃرائي سگهندا.

جيئن ته اڃان سندن سيرت ۽ ڪردار جي جوڙجڪ هلندڙ هوندي آهي هو پنهنجي ڄمار ۽ تجربي جي لحاظ کان اڻ تجربيڪار هوندا آهن، انڪري احتياط نٿا ڪري سگهن. مٿن سندن گمراه دوستن جو اثر وڌيڪ، خطرن ۾ گهڙي پوڻ جي عادت سگهاري ۽ مستقبل جي نتيجن کان لاتعلقي غالب ٿيندي آهي.

ان ڳالھ ۾ ڪو شڪ ناهي ته ان وهيءَ ۾ ايڊز جي خطرن جو ڪو پتو نه هوندو آهي، پر اها ڳالھ وڌيڪ حيرت ۽ افسوس جوڳي آهي ته ڪجھ نوجوانن کي ايڊز جي تباهين جي ڄاڻ هوندي آهي، پوءِ به هو ان مرض کان پنهنجو پاڻ کي بچائين نٿا!

آخر ڪار ان مرض کان سندن

حفاظت جو ڪهڙو طريقو آهي ۽ ڪير هُن واسطي ان بابت پيامبر ٿي سگهي ٿو؟ ان ڏس ۾ سندن گهر، تعليمي اداري ۽ خود فرد جي ڪهڙي حيثيت آهي ۽ انهن مان ڪنهن جو اثر ڪين نشي جي عادتن ۽ جنسي لاپرواهي کان روڪيندو ۽ درست ڪردار جوڙڻ ۾ سندن مدد ڪندو؟

جديد تحقيق اطلاع ٿي ڏي ته ڪچي وهيءَ ۾ جيڪي ٻار پنهنجي ڪٽنب جي ڀاتين جي ويجهو هوندا آهن ۽ جن جي زندگين ۾ سندن ماءُ پيءُ پوري طرح شامل آهن، تن جو ڪردار درست رهي ٿو ۽ آوارگي کان پري ٿا رهن ۽ اهو ئي سنو اثر ڪنهن سٺي اُستاد يا اهڙي بزرگ جو ٿيندو آهي، جيڪو ڪين پنهنجي ويجهو رکي ۽ ساڻن پنهنجائپ ۽ پيار وارو سلوڪ رکي.

ماضيءَ ۾ اهو سمجهيو ويندو هو ته جيڪي نوجوان ماءُ پيءُ مان ڪنهن هڪ کان محروم ٿا رهن، مفلس ڪٽنب يا اقليتن سان تعلق ٿا رکن تن ۾ بدلچلتيءَ جا وڏا امڪان آهن، پر هاڻ ان ڳالهه کي درست نٿو لکيو وڃي، نئين تحقيق تعريف ڪئي آهي ته جن ٻارن کي گهر ۾ قرب ۽ پيار ملي ٿو ۽ هو پنهنجي ماءُ پيءُ جي ويجهو آهن، پوءِ ڀل منجهائن هڪ ئي هجي، هو غريب هجن يا ڪنهن به نسل، فرقي يا گروهه سان تعلق رکندا آهن، انهن ٻارن جي ڪردار ۾ فضيلت ايندي. هو جذباتي طور تي مستحڪم ۽ نفسياتي طور تي تندرست هوندا. سگريٽ، شراب ۽ ٻين نشن کان محفوظ جنسي بي راهه روي ۽ پرتشدد رويي کان پريرو رهندا.

جيڪي مائٽ ٻارن کي واضح طور تي اهو سيکارين ٿا ته وقت کان اڳ جنسي بي راهه روي مناسب ناهي ته اهڙا ٻار ان حقيقت کي پروڙيو وڃن ۽ پنهنجو پاڻ کي سفلي مرضن ۾ نٿا ڦاسائين. محبت ڪندڙ مائٽن جي نگراني ۾ پلجندڙ ٻار صالح، پُرامن شهري ۽ نيڪ ڪردار هوندا آهن.

ان ڪري مائٽن جو فرض آهي ته پنهنجي روايتن کي آڏو رکندي ٻارن کي پنهنجي لحاظ کان پاڪ صاف زندگي گذارڻ جي تعليم ڏيندا رهن. سندن ذهن ۾ اها ڳالهه چڱي ريت ويهارين ته هر ڳالهه جو هڪ وقت هوندو آهي ۽ جيڪا ڳالهه پنهنجي وقت تي ٿئي سا ئي بهتر آهي. ڪين سرباتن ۾ اها ڄاڻ ڏني وڃي ته وقت کان اڳ حمل جا ڪهڙا نتيجا نڪرن ٿا، سفلي مرض ڇا ٿيندا آهن، ايڊز ڪيئن ٿيندي آهي، ان ڏس ۾ شريفاڻي زندگي، شريف ڪٽنب جون روايتون، ماءُ پيءُ جا عقيدا ۽ مذهبي حڪم ڇا آهن.

اها ڳالهه بهرحال ياد رکڻ گهرجي ته ٻان کي ڊيڄارجي نه، ڇاڪاڻ جو ٻارن تي ڊپ جو نه پر پيار محبت جو اثر ٿيندو آهي ۽ سندن ڀلي واريون حقيقتون ڪين سادي ٻوليءَ ۽ انداز ۾ ٻڌائجن.

ٻارن تي مائٽن جي عقيدن ۽ ڪردار جو به اثر ٿيندو آهي، ماءُ پيءُ پاڻ پنهنجي طرز عمل جو سٺو مثال قائم ڪن، ان سان پاڻ ۾ قرب به پيدا ٿيندو.

جديد تحقيق ۽ مشاهدي مان اهو سبق به ملي ٿو ته رڳو ابلاغ ۽ ڄاڻ ئي سيرت ۽ ڪردار جي جوڙجڪ لاءِ ڪافي نه آهن، پر اها ڄاڻ ڏيندڙ شخصيت به اهم آهي، جيڪا پنهنجائپ ۽ پيار، ڪردار جي بهتري، ڳالهه ٻولهه جي انداز ۽ خيرخواهيءَ واري طرز عمل سان پنهنجي واسطيدارن جي رهنمائي ڪري سندن زندگين جو رخ بدلائي سگهي ٿي. ان ڪري هڪ اثرائتي شفيق مرشد، استاد، ڪٽنب جي بزرگ ۽ سڀ کان وڌيڪ پيار ڪندڙ ماءُ پيءُ جو ڪو بدل ناهي. □

ڏکڻ ايشيا ۾ ايڇ آءِ ويءَ جا راڱا

ايبز ٻارن جي جنسي استحصال جو سبب آهي

سيو دي چلڊرين، ٻارن جي ڀلائي لاءِ ڪم ڪندڙ هڪ برطانوي تنظيم آهي، ڏکڻ ۽ اوڀر ايشيا واسطي تنظيم جي آفيس نيپالي راڄڌاني کٽمنڊو ۾ آهي. انهيءَ آفيس ”ايڇ آءِ وي/ ايڊز ۽ ٻار: ڏکڻ ايشيا جو احوال“ جي سري هيٺ سعديه احمد جي هڪ تحقيقي رپورٽ مارچ 1998ع ۾ شايع ڪئي هئي. هيءُ مضمون ان رپورٽ جو خلاصو آهي.

سعديه احمد

دنيا ۾ هزارين لکين انسان ايڊز جي تباهيءَ هٿان اجل جو شڪار ٿي رهيا آهن، پر اميري ۽ غربت جو فرق زندگي ۽ موت جي هن ٻوائنٽي راند ۾ به نظر ٿو اچي. غريب (اُسرندڙ/ ٽين دنيا) ملڪن ۾ ايڊز وگهي مرندڙن جو تعداد، امير (اوله/ اُسريل) ملڪن کان گهڻو وڌيڪ آهي. اميري ۽ غريبيءَ جو اهو فرق ٻارن جي زندگين تي به اثر انداز ٿي رهيو آهي. ٽين دنيا جي ملڪن ۾ غربت سبب گهڻا ٻار ايڊز وگهي اجل جو شڪار ٿين ٿا. يورپ ۾ ايڊز جا متاثر 80 سيڪڙو ٻار ٽن سالن جي ڄمار تائين

ايچ آءِ وي/ ايڊز: ڏکڻ ايشيا جي صورتحال

ملڪ	پهريون ايڊز ڪيس ڪڏهن رپورٽ ٿيو	ايڊز جي مريضن جو ڪل تعداد	ايڊز جي مريض ٻارن جو ڪل تعداد (19 سالن جي ڄمار تائين)	سن 2000ع ۾ مريضن جي امڪاني تعداد
بنگلاديش	1989ع	85 (ڊسمبر 1997ع تائين)	3	3,00,000
ڀارت	1986ع	68,835 (نومبر 1997ع تائين)	انگ اکر دستياب ناهن	30,00,000 (يو اين جي ايڊز اداري موجب تعداد 50 لک ٿي سگهي ٿو)
نيپال	1988ع	969 (ڊسمبر 1997ع تائين)	168	30,000 (عالمي صحت تنظيم موجب اهو تعداد هڪ لک ٿي سگهي ٿو)
پاڪستان	1987ع	1,232 (آڪٽوبر1997ع تائين)	20	1,00,000
سريلنڪا	1987ع	207 (فيبروي 1997ع تائين)	2	7,000

ذريعو : هي انگ اکر هر ملڪ جي پنهنجي ايڊز پروگرام تان ورتا ويا آهن.

جيئرو رهن ٿا، جڏهن ته 20 سيڪڙو ٻار ڏهن سالن تائين جيئرو رهن ٿا. ڏکڻ ايشيا ۾ ان ڏس ۾ مستند ڄاڻ ميسر ناهي، پر زمبابوي (آفريڪا) ۾ ڪيل هڪ تحقيق موجب اُتي ايڊز جي متاثر ٿيل ٻارن جو اڌ حصو ٻن سالن جي ڄمار تائين پهچڻ کان اڳ مريو وڃي. يوگينڊا ۾ ايڊز کان متاثر ٿيل 66 سيڪڙو ٻار ٽن سالن جي ڄمار تائين مريو وڃن. ايڊز کان متاثر ٿيل انهن ٻارن جي جسمن ۾ بيمارين خلاف مزاحمت جي سگهه تمام گهٽجي ويندي آهي، جنهن جي ڪري اهي ٻار ٻالڪپڻي جي عام بيمارين جهڙوڪ دستن، ارڙي، سله ۽ ساهه جي ناليءَ ۾ انفيڪشن جي سٽ نه سهي گذاريو وڃن. عام حالتن ۾ انهن سمورين بيمارين جو علاج ممڪن آهي.

ٽين دنيا جي اُسرندڙ ملڪن ۾ آبادي گهٽجي هئڻ سبب سله، ساهه جا ٻيا مرض ۽ اڻپوري خوراڪ انسان جي مزاحمتي سرشتي کي ڪمزور بڻايو ڇڏي. انهن ملڪن جون

سلميٰ جي ڪهاڻي

سلميٰ جي ڄمار 14 سال هئي ۽ هوءَ ڪراچيءَ ويجهو هڪ ڳوٺ جي رهاڪو هئي. هڪ ڏينهن هڪ پاڙيسرياڻي سلميٰ جي ماءُ کي ٻڌايو ته سندس نظر ۾ هڪ ڪمائو ڇوڪرو آهي، جيڪڏهن هوءَ چوي ته ساڻس سلميٰ جو سنگ ڇڪرائي. سلميٰ جي ماءُ ان آڇ تي خوش ٿي. سندس ٻه ڌيئرون هيون ۽ چاهيائين ٿي ته جلد کان جلد انهن جو وهانءُ ٿئي. سلميٰ لاءِ جنهن ڇوڪري جي سنگ جي ڳالهه ڪئي وئي، سو 37 سالن جو وسيم هو ۽ دبئي ۾ پلمبر جو ڪم ڪندڙ هو. سلميٰ جي ماءُ جو خيال هو ته دبئي ۾ ڪمائيندڙ سندس ڌيءُ کي خوش رکندو.

سلميٰ جي وسيم سان شادي ٿي وئي. شاديءَ کان پوءِ پتو لڳو ته اهو وسيم جي ٻي شادي هئي ۽ سندس پهرين زال ڳوٺ ۾ ٿي رهي. وسيم سلميٰ کي چيو ته هوءَ سندس پهرين زال جو ڪو فڪر نه ڪري، ڇاڪاڻ جو هوءَ سندس معاملن ۾ نه پوندي. وسيم شاديءَ کان پوءِ ڪجهه عرصو ڪراچي ۾ رهيو ۽ بعد ۾ دبئي موٽي ويو، سلميٰ پنهنجي مائٽن ۾ رهڻ لڳي. سندس مڙس خرچ پکي لاءِ هر مهيني بينڪ ڊرافٽ موڪليندو رهيو.

ٻن سالن ۾ هڪ ڀيرو ٻن مهينن لاءِ وسيم پاڪستان ايندو هو. سلميٰ کي هڪ ڌيءُ ۽ هڪ پٽ ڄاوا. هڪ ڏينهن وسيم اوچتو دبئي کان موٽي آيو. سندس نوڪري ختم ٿي وئي هئي. سندس طبيعت به هاڻ ٺيڪ نٿي رهي. سلميٰ دل و جان سان پنهنجي مڙس جي سرسنڀال لڳي پر هو بچي نه سگهيو ۽ 22 سالن جي ڄمار ۾ سلميٰ بيوه ٿي وئي ۽ سندس ٻار يتيم ٿي ويا.

وسيم جي موت جي ڇهن مهينن کان پوءِ ڊاڪٽر، سلميٰ کي رت جي چڪاس ڪرائڻ لاءِ چيو. رت جي چڪاس ٽيسٽ بعد سلميٰ کي ٻڌايو ويو ته کيس ايڊز آهي ۽ سلميٰ پريشان ٿي وئي. سندس ننڍي ڀيڻ کي سندس مڙس اهو چئي طلاق ڏني ته ايڊز طوائفن جي بيماري آهي ۽ هو ٻئي ڀينرون بدڪردار آهن. سلميٰ جي ڪيل بچت جو وڏو حصو مڙس جي بيماري تي خرچ ٿي چڪو هو. رنڙ، يتيمي، غربت ۽ تباهيءَ جا پاڇا سندس گهر تي لامارا هڻڻ لڳا.

سلميٰ جي ڌيءُ جي ڄمار ٽي مهينا هئي ۽ هوءَ به ايچ آءِ وي پازيٽو هئي، پر ڊاڪٽر سندس مستقبل بابت ڪجهه به خاطري سان نٿي چئي سگهيو. ڊاڪٽر جو چوڻ هو ته سلميٰ کي پنهنجي ڌيءُ ۾ ايڊز جي يقيني موجودگيءَ جي خاطر لاءِ ڪجهه عرصو انتظار ڪرڻو پوندو. (هيءُ سچو واقعو آهي، جنهن ۾ رڳو نالا تبديل ڪيا ويا آهن.)

(سعديه احمد جي مقالي ”ايچ آءِ وي/ ايڊز ۽ ٻار“ تان ورتل)

حڪومتون عوام جي صحت تي تمام ٿورڙي رقم خرچ ڪن ٿيون، جيڪا قومي پيداوار جو 1.3 سيڪڙو کان 2.2 سيڪڙو آهي. سرڪاري طور تي علاج معالجي جون سهولتون دستياب نه هئڻ سبب بيماريءَ جي حالت ۾ ماڻهن کي پنهنجي کيسي مان خرچ ڪري علاج ڪرائڻو ٿو پوي. پئسو ڏوڪڙ نه هئڻ سبب اڪثر ٻارن خاص طور

تي ڇوڪرين جو علاج ئي نہ ڪرايو ويندو آهي. اهو ئي سبب آهي جو انهن ملڪن ۾ جيڪي ٻار ڄمڻ مهل ماءُ جي رت سببان ايڊز لڳل هوندا آهن، تن ۾ انفيڪشن ڪان بيماري لڳڻ ۽ بيماريءَ ڪان مرڻ تائين وارو عرصو تمام گهٽ هوندو آهي.

لڏپلاڻ ۽ پرڏيھ ۾ ڪمائڻ جا ٻارن تي ڪهڙا اثر پون ٿا؟

ٻوٽن ۽ ملڪ جي ڏورانهن علائقن ۾ معاشي سرگرميون ۽ روزگار جا موقعا اڻلڀ ٿين ٿا، ان ڪري غربت کان تنگ اچي انهن علائقن جا رهواسي وڏن شهرن يا ٻار جي ملڪن جو رخ ڪن ٿا. معاشي مجبورين سبب ٻين علائقن يا ملڪن ڏانهن لڏپلاڻ ڪندڙ پنهنجا ٻارٻچا پاڻ سان گڏ منتقل نہ ڪندا آهن.

ويهن لکن کان وڌيڪ پاڪستاني عرب ملڪن ۾ ڪمائي رهيا آهن. منجهائن اڪثر گهٽ آمدني، پنهنجي نوڪريءَ جي شرطن يا ميزبان ملڪ جي پاليسين سبب پنهنجي ڪٽنب جي ڀاتين کي پاڻ سان گڏ رهائڻ کان قاصر آهن. ٻار جي ملڪن ۾ ڪيل هڪ سروي موجب جن ڪارڪن کي ايڇ آءِ وي/ ايڊز ٿيڻ سبب انهن ملڪن کان ڪڍيو ويو آهي، تن ۾ 500 کان وڌيڪ پاڪستاني آهن.

پرڏيھ ۾ ڪم ڪندڙن جي اڪثريت ٻوٽاڻن علائقن جي هوندي آهي. منجهن هڪ کان وڌڪ شاديون ڪرڻ عام آهي. هو پنهنجي طبقي جي ٻين ماڻهن جي ڀيٽ ۾ نسبتا ”خوشحال“ هوندا آهن ۽ هڪ کان وڌيڪ زالن جو خرچ پکو برداشت ڪري سگهندا آهن. ان ڳالھ جو وڏو امڪان آهي تہ پرڏيھ ۾ ڪم ڪندڙ اهڙا ماڻهو جيڪي ايڊز جو شڪار ٿيل آهن، پنهنجي ڪٽنب جي فردن ۾ اها بيماري پکيڙڻ جو سبب بڻجن، جيئن سلميٰ جي قصي مان ظاهر ٿئي ٿو.

معاشي سببن وگهي ٻين شهرن يا ملڪن ۾ روزگار ڳولهڻ جي رجحان جسم فروشي، هم جنس پرستي ۽ ٻين جنسي ڪاروبارن کي هٿي ڏني آهي. جڏهن ڪين زال ۽ ٻار گڏ رکڻ جي اجازت نٿي ملي يا هو گهٽ آمدني سبب کين پاڻ سان گڏ نٿا رکي سگهن تہ پوءِ جنسي تسڪين لاءِ ٻيا در واجهائين ٿا.

هر هر سفر ڪندڙ جهڙوڪ سياحن، ماهيگيرن، ٽرڪ ڊرائيورن ۽ پرڏيھ ۾ نوڪريون ڪندڙن کي بہ ايڇ آءِ وي/ ايڊز جو وڌيڪ جوکم هوندو آهي. اهڙيون رپورٽون پڻ موجود آهن، جن ۾ ڄاڻايو ويو آهي تہ اهي ماڻهو ٻارن جو جنسي استحصال ڪن ٿا. آغا خان يونيورسٽيءَ جي هڪ تحقيقي رپورٽ مان ظاهر ٿيو آهي تہ اڪثر ٽرڪ ڊرائيورن جا ساٿي گڏ ٽرڪ تي ڪم ڪندڙ معصوم ٻارن سان جنسي لاڳاپا هوندا آهن. پاڪستان، ڀارت ۽ بنگلاديش ۾ ڪم ڪندڙ اين- جي- اوز مطابق ٽرڪ ڊرائيورن کي رستن تي موجود ڪجھ هوٽلن تي جنسي عمل لاءِ ٻار مهيا ڪيا ويندا آهن.

مردن جي ڀيٽ ۾ ڇوڪرين ۽ عورتن کي ايڇ آءِ وي/ ايڊز لڳڻ جا امڪان وڌيڪ ٿين ٿا. عورتن جي طبعي بناوٽ سبب، مرد کان عورت کي وائرس جي منتقلي جو خطرو وڌيڪ هوندو آهي. جڏهن تہ عورت کان مرد کي وائرس جي منتقلي جا امڪان گهٽ هوندا آهن. تحقيق مان ثابت ٿيو آهي تہ مرد کان عورت کي بيماري جي منتقلي، عورت کان مرد جي

پيٽ ۾ پيٽي آهي.

جنسي عمل دوران مرد جو اخراج عورت جي پيٽ ۾ وڏيڪ هوندو آهي. مرد جي مادي ۾ ايچ آءِ وي وائرس هوندو آهي، جيڪو عورت جي جسم ۾ داخل ٿي ويندو آهي. جنسي ڏاڍائي ۽ پرتشدد جنسي عمل دوران عورت جي نازڪ چمڙي زخمي ٿي پوندي آهي، جنهن جي ڪري ايچ آءِ ويءَ جي منتقلي سولي ۽ اثرائتي ٿي ويندي آهي. انهن سڀن ڪري ڇوڪرين، عورتن ۽ ننڍي ڄمار جي نينگرين جي ايچ آءِ ويءَ کان متاثر ٿيڻ جو وڏيڪ خطرو هوندو آهي. اُهي عورتون جن سان سندن ماهواري وارن ڏينهن ۾ جنسي عمل ڪيو وڃي سي به ان جوکم جو شڪار هونديون آهن.

سماجي ۽ معاشي عدم تحفظ ۽ عورتن تي جنسي مرضن جي ڪاهه

جسماني طور تي جوکم جو شڪار هئڻ سان گڏوگڏ عورتون ۽ ڇوڪريون صنف جي بنياد تي سماجي ۽ معاشي اڻ برابريءَ سبب به ايچ آءِ وي/ ايڊز سميت سمورن جنسي مرضن جو هدف بڻيل آهي. سڄي دنيا ۾ عورتون پنهنجي گهٽ سماجي ۽ معاشي حيثيت سبب پنهنجي جنسي زندگيءَ تي تمام ٿورڙو ڪنٽرول رکن ٿيون. ان جو نتيجو ايچ آءِ وي جي خطري جي صورت ۾ نڪري ٿو، جنهن جو عورتن کي منهن ڏسڻو ٿو پوي. ڏکڻ ايشيا جي اڪثر ملڪن ۾ ڇوڪرين کي بهتر تعليم جا موقعا نٿا ملن، جنهن جي ڪري هو روزگار جا بهتر موقعا حاصل نٿيون ڪري سگهن. عورتن جو وڏو تعداد، خاص طور تي اُهي جيڪي ٻار ڄڻڻ واري وهيءَ جون آهن، زندگيءَ جي ضرورتن جي پورائي لاءِ مردن جون محتاج آهن مردن جي دست نگر هئڻ سبب هو پنهنجي مڙسن سان جنسي مسئلن تي ڳالهائي نٿيون سگهن ۽ نه ئي جنسي عمل محفوظ بنائيندڙ طريقن جي ڳُهر ڪري سگهن ٿيون، جن ۾ ڪنڊوم جو استعمال به شامل آهي.

معاشي طور تي مردن جو محتاج هئڻ سبب عورتون پنهنجي مرضيءَ جي خلاف جنسي عمل جو نشانو بڻجن ٿيون. بک ۽ غربت کان تنگ ٿي عورت پنهنجو ۽ ٻارن جو پيٽ پرڻ لاءِ پئسن عيوض خود پنهنجو جسم وڪڻڻ تي به مجبور ٿي سگهي ٿي. ننڍي کنڊ جي ملڪن ۾ انيڪ ڇوڪريون ۽ ڇوڪرا معاشي بدحالي سبب جسم فروشيءَ لاءِ مجبور آهن.

مذهب، ثقافت ۽ قانونن جا اثر

هيءَ مردن جي دنيا آهي ۽ سيپتام ثقافت ۽ مذهب جي جيڪا تشريح مرد ڪن ٿا، سا سندن حڪمرانيءَ کي اڃا وڏيڪ هٿي ڏئي ٿي. اڪثر مذهبن ۾ شادي کان اڳ جنسي ناتن جو منع ڪيل آهي. ساڳي ريت شاديءَ کان پوءِ زال کان سواءِ ٻين عورتن سان جنسي لاڳاپن رکڻ کان به جهليو ويو آهي. پر اها به حقيقت آهي ته شهري طرز زندگي، صنعتي ترقي ۽ جديد تهذيب جي واڌ ويجهه مذهبي تعليم جي اثرن کي گهٽائي ڇڏيو آهي. ايچ آءِ وي/ ايڊز جي پکڙجڻ جو هڪ سبب اهو به آهي.

اسلامي قانونن تحت، پاڪستان ۾ شادي کان سواءِ جنسي تعلق رکڻ غيرقانوني آهي. مخالف جنس سان غير شرعي تعلق ۽ زنا جي سزا جنم ٽيپ تائين به آهي، پر ان

عليءَ جي ڪهاڻي

علي پنهنجي مائٽن جو سڀ کان وڏو پٽ هو. سندس پنج ڀائر ۽ هڪ ڀيڻ هئا. هو هڪ ڳوٺ ۾ رهندا هئا. سندس پيءُ هڪ مل ۾ مزدور هو ۽ شراب جو پياڪ هو. نشو ڪري گهر اچي عليءَ ۽ سندس ماءُ کي گارگند ۽ مار ڪُٽ ڪندو هو. عليءَ جي ڄمار اٺ ورهيه هئي جو پيءُ جي ورتاءُ کان تنگ ٿي گهران ڀڄي نڪتو.

هو دهليءَ جي ريلوي اسٽيشن تي لٿو. پيٽ ڀرڻ لاءِ پهريائين پنيائين ۽ قلي ٿي ويو. هاڻ ڪيس مسافرن جو سامان کڻڻ تي پئسا ملڻ لڳا. ساڳي اسٽيشن تي قليءَ جو ڪم ڪندڙ 14 سالن جو اڪبر علي رات جو هڪ ئي بستري تي سمهندا هئا.

ڪجهه ڏينهن اندر اڪبر، عليءَ سان جنسي ناتا پيدا ڪيا. هُن علي کي ٻڌايو تہ هو ٻين ڇوڪرن سان بہ ائين ئي ڪندو آهي. ان جي عيوض ۾ هو ڪيس سندس پسند جون شيون آڻي ڏيندو هو. ٿورڙي عرصي کان پوءِ اڪبر عليءَ کي هڪ اهڙي شخص سان ملايو جيڪو پئسا ڏئي ننڍڙي ڄمار جي ڇوڪرن سان جنسي فعل ڪندو هو.

علي جي ڄمار هاڻ 10 سال آهي. هو اسٽيشن تي قلين ۽ رڪشا ڊرائيورن سان گڏ سمهي ٿو. هر ڀيري ڪيس 20 يا 25 رپيا ملي ويندا آهن. ڪيس اهو ڪم پسند ناهي، پر پئسن لاءِ اهو ڪرڻو ٿو پويس.

(سعديہ احمد جي مقالي ''ايچ آءِ وي/ ايڊز ۽ ٻار'' تان ورتل.)

قانون تي عمل ۾ بہ مت ڀيد کان ڪم ورتو ٿو وڃي. مردن جا ان قسم جا ناتا غيراخلاقي نٿا سمجهيا وڃن ۽ اڪثر ڇوڪرا شاديءَ کان اڳ جنسي فعل ڪري چڪا هوندا آهن.

ننڍي کنڊ جي غيرمسلم معاشرن ۾ ڇوڪرين ۽ عورتن جي جنسي استحصال جا ڪجهه طريقا مذهب جي رستي مان لنگهي ٿا اچن. انهن طريقن مان هڪ ''ديوداسي'' وارو آهي. هندو مذهب ۾ ڪچڙي ڄمار جي ڇوڪرين کي 'ديوداسي' بڻايو ويندو آهي. عام طور تي ان وقت ڇوڪريءَ جي ڄمار چار يا پنج سال هوندي آهي. چيو ويندو آهي تہ ان ڇوڪريءَ جو وهانءَ ديوتا سان ٿي ويو آهي. اهڙي ڇوڪري سڄي ڄمار پرڻجي نٿي سگهي. هڪ رپورٽ موجب ڀارت جي جسم فروشيءَ وارن اڏن تي آندل ڇوڪرين جو 15 سيڪڙو انهن ڇوڪرين جو هوندو آهي، جيڪي پهرين ديوداسي رهي چڪيون هونديون آهن.

ايڊز: ٻارن جي جنسي استحصال جو سبب بہ، نتيجو بہ

شهري طرز زندگيءَ جي وڌڻ سبب نہ رڳو مرد پر عورتون ۽ ٻار بہ ڳوٺاڻن علائقن کان شهري علائقن ڏانهن لڏپلاڻ ڪن ٿا. روزانو اڳي کان وڌيڪ ٻار پنهنجي مائٽن سان يا اڪيلي سر شهرن جو رخ ڪن ٿا. انهيءَ لڏپلاڻ دوران هو پنهنجي ڪٽنب سان گڏ سفر ڪري رهيا هجن تڏهن بہ کين اڪثر رستن تي رهڻو ٿو پوي ۽ ان دوران هو جنسي استحصال جو

شڪار بڻجن ٿا.

ٻارن سان جنسي زيادتي سندن بنيادي حقن جي شديد ڀڃڪڙي آهي. ٻارن جي زندگيءَ تي ان جا شديد طبعي ۽ نفسياتي اثر پون ٿا. ٻارن سان جنسي ڏاڍايون ٻن قسمن جون ٿين ٿيون:

1_ جنس جي ڪاروبار لاءِ ڪين ڏاڍائي جو نشانو بنائڻ.

2_ دوستن ۽ مٽن مائٽن طرفان ٻارن سان ڏاڍائي.

اڪثر ٻار گهر يا ڄاتل سڃاتل ماحول ۾ جنسي ڏاڍائي جو شڪار بڻجن ٿا.

ايچ آءِ وي/ ايڊز ٻارن جي جنسي استحصال جو سبب ٻ آهي ته نتيجو ٻ_ اهو سبب انڪري آهي جو ڏاڍائي ڪندڙ سمجهن ٿا ته ٻار ايچ آءِ وي/ ايڊز کان پاڪ ٿين ٿا ۽ ان ڪري ساڻن جنسي تعلق محفوظ آهي.

ڪچي وهيءَ واري ڇوڪريءَ جو جنسي عضوو يا ڇوڪري جي مقعد بالغ عورت يا مرد جي ڀيٽ ۾ نازڪ ۽ حساس ٿين ٿا، ان ڪري ايچ آءِ وي وائرس وڏيڪ سولائي سان ٻارن تي حملو ڪري ٿو.

اُسريل صنعتي ملڪن ۾ ڪاروبار لاءِ ٻارن جو جنسي استعمال وڌي رهيو آهي.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جا شڪار

ڊسمبر 1997ع

نوان فرد جيڪي 1997ع دوران انفيڪشن جو شڪار ٿيا.

ٻار: 15 سالن کان گهٽ ڄمار وارا	5,90,000
عورتون	21,00,000
مرد	31,00,000
ڪُل	57,90,000

ايڊز جي عارضي ۾ قاتل ماڻهن جو ڪُل تعداد

ٻار: 15 سالن کان ننڍا	11,00,000
عورتون	1,21,00,000
مرد	1,74,00,000
ڪُل	3,06,00,000

1997ع ۾ ايڊز سبب ٿيل موت

ٻار: 15 سالن کان

ننڍا	4,60,000
عورتون	8,20,000
مرد	9,80,000
ڪُل	22,60,000

ايڊز سبب ٿيل ڪُل موت

(ڊسمبر 1997ع تائين)

ٻار: 15 سالن کان ننڍا	27,00,000
عورتون	40,00,000
مرد	50,00,000
ڪُل	1,17,00,000

ايڊز سبب يتيم ٿيندڙ 15 سالن کان ننڍا ٻار 82,00,000

(هي اُهي ٻار آهن، جن کي ايڊز نه هئي پر سندن ماءُ يا پيءُ يا ٻنهي ايڊز وگهي مئا.)

انهن ملڪ جي جسم فروشي وارن اڏن ۾ 13 کان 18 سالن جي ڇوڪرين کي استعمال ڪيو ويندو آهي ۽ اها سراسري ڄمار جيئن پوءِ تيئن گهٽجي رهي آهي. ڏکڻ ايشيائي ملڪن بابت ان ڏس ۾ انگ اکر موجود ناهن، پر هڪ غيرسرڪاري تنظيم جي جائزي موجب 8 سالن جي ڄمار تائين جي ٻارن سان جنسي ڏاڍائي ڪئي ٿي وڃي. هاڻوڪن سالن ۾ ڪاروبار واسطي ڇوڪرن جو استعمال به تيز لڳو آهي. سريلنڪا ۾ ٻارن جي جنسي استحصال جو هڪ سبب سياحت به آهي.

گهرن کان ڀاڄ ڪائيندڙ ۽ رستن تي رهندڙ ٻار ٻاڻ کان وڏي ڄمار وارن ڇوڪرن هٿان جنسي ڏاڍائي جو نشانو بڻجن ٿا. وڏي ڄمار وارا ڇوڪرا نئين ايندڙ ڇوڪري کي رهڻ جي جاءِ، ماني ۽ تحفظ ڏيڻ جي موٽ ۾ جنسي ڏاڍائي جو نشانو بڻائين ٿا. (ڏسو عليءَ جي ڪهاڻي) پنهنجي هم جنس يا مخالف جنس سان غيرمحفوظ جنسي عمل ان طبقي ۾ عام آهي، جيڪو عمل کين ايڊز ۾ مبتلا ڪري سگهي ٿو.

ٻار ۽ نشو

ڏکڻ ايشيائي ملڪن ۾ نشو واپرائيندڙ ٻارن جا انگ اکر نٿا ملن، پر خيال آهي ته انهن ٻارن ۾ جيئن پوءِ تيئن اضافو ٿي رهيو آهي. 1977ع ۾ ڪاٿو لڳايو ويو هو ته پاڪستان جي 5 سيڪڙو بالغ آبادي نشو واپرائي ٿي. هاڻوڪن سالن جي مشاهدي موجب هاڻ گهٽي ڀاڳي ماڻهو نشو سونگهڻ بدران سرنج وسيلي استعمال ڪن ٿا. مٿين طبقن سان تعلق رکندڙ اسڪول ۽ ڪاليج جي شاگردن ۽ شاگردياڻين ۾ نشي جو استعمال وڌي رهيو آهي. انجيڪشن وسيلي نشي جو استعمال ايڇ آءِ وي خطرو وڌائي ٿو ڇڏي، خاص طور تي جڏهن هڪ سُئي گهڻا واپرائڌڙ استعمال ڪن.

عورتن جي طبعي بناوٽ سبب، مرد کان عورت کي وائرس جي منتقليءَ جو خطرو وڌيڪ هوندو آهي.

ٻار، ايڊز کان ڪيئن ٿا متاثر ٿين؟

انساني نسل لاءِ ايڇ آءِ وي/ ايڊز جي تباهي ڀري وبا جو هاڃو اهو آهي ته اها موتمار بيماري ڪچڙي وهيءَ ۾ بالغ فردن کي ڄمار جي ان حصي ۾ شڪار ٿي بڻائي، جڏهن سندن پيداواري صلاحيتون ۽ قوتون عروج تي هونديون آهن. ان جو نتيجو ڳوري معاشي نقصان جي صورت ۾ به ظاهر ٿئي ٿو. ايڊز سبب دوا– درمل جو خرچ وڌي وڃي ٿو، صحت جي سارسنڀال تي وسيلا ضائع ٿين ٿا ۽ رياستي سطح تي معيشت جي هر شعبي ۾ پيداوار ۽ پيداواريت جو نقصان سهڻو ٿو پوي.

جنهن گهر ۾ هڪ يا وڌيڪ ايڊز جا شڪار هجن ته اُتي ان وبا جا تباه ڪُن اثر واضح نظر ٿا اچن. خواري ۽ بدنامي اهڙن ڪٽنبن جي زندگي اڃان وڌيڪ ڏکي بڻايو ڇڏي. ڪٽنب جي آمدني گهٽجي ٿي وڃي، جنهن جي ڪري ٻارن کي پڙهائي تان اٿاريو ٿو وڃي. گهر جو سامان وڪامجڻ ٿو لڳي، ٻارن کي ڪم سان لڳايو ٿو وڃي ۽ هو ايڊز لڳل ماءُ پيءُ جي

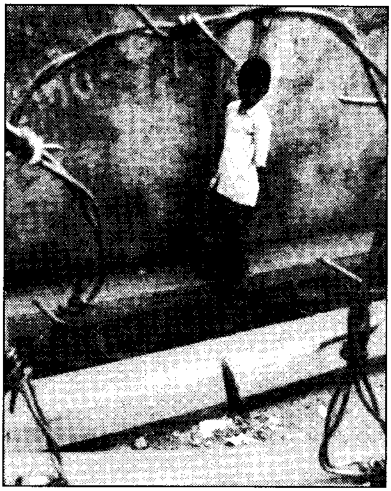
40 لک ٻار: ايڊز جو خاموش ورثو

هن وقت دنيا ۾ 40 لک کير پياڪ ٻار ايڊز جي خاموش ورثي طور موجود آهن. اهي معصوم ۽ اياڻا ٻار اُهي آهن، جن کي ايڊز جو مرض ڄمڻ مهل پنهنجي مائرن کان ورثي ۾ مليو آهي. هاورڊ يونيورسٽي اسڪول آف پبلڪ هيلٿ جي صحت ۽ انساني حقن جي مرڪز موجب 1998ع تائين اهڙن ٻارن جو ڪاٿو 40 لک هو، جيڪي ان وبا شروع ٿيڻ کان هيل تائين ان مرض جو شڪار بڻيا آهن. انهن مان اڪثر ٻار ٻن سالن جي ڄمار تائين جيئرو رهڻ کان اڳ اجل جو شڪار ٿي چڪا آهن. 2000ع تائين اهڙن ٻارن جو تعداد 45 لک جي لڳ ڀڳ هوندو.

مٿي ڏنل تصوير ايچ آءِ وي لڳل ٽئن سالن جي امريڪي يتيم ڇوڪريءَ جي اسپتال جي بستري تان ڇڪيل آهي. ان جي ماءُ ايڊز وگهي مري چڪي آهي.

ڪيس گهر وٺي وڃڻ وارو ڪو به ناهي. ڪجهه مهينن اندر هوءَ به موت جو ڪاج بڻبي. ان جهڙي هڪ ٻي ٻن سالن جي ڇوڪري امريڪا جي هڪ اسپتال ۾ موت جو اوسيئڙو ڪري رهي آهي. سندس ماءُ کي به ايڊز هئي. جڏهن اها نينگري ماءُ جي پيٽ ۾ هئي ۽ سندس ماءُ پورن مهينن سان ٿي ته ان ايڊز لڳل مائي هڪ غلط نالي ۽ پتي سان اسپتال ۾ داخل ٿي ڇوڪريءَ کي جنم ڏنو ۽ ڪنهن کي ٻڌائڻ کان سواءِ تازي ڄاول ڌيءُ اسپتال ۾ ڇڏي ڪيڏانهن هلي وئي.

ٿهل ٿڪور به ڪن ٿا، عورتون ۽ ٻار سڌو سنئون متاثر ٿين ٿا. گهر اندر ۽ ٻاهر مٿن ڪم جو بار وڌي وڃي ٿو. ٻار ربگو معاشي بدحاليءَ سبب اسڪول ڇڏڻ تي مجبور ٿيا ٿين، پر ايڊز سبب ٿيندڙ بدنامي به کين باقي دنيا کان منهن موڙڻ تي مجبور ڪري ٿي. پيءُ ايڊز جو شڪار هجي ته ماءُ سندس ٿهل ٿڪور ڪري ٿي، ٻار سنڀالي ٿي، گهر ۽ جائيداد جي معاملن کي ڏسي ٿي ۽ آمدني جو ڪو ذريعو نهارڻ تي به مجبور ٿئي ٿي. ڇوڪريون اسڪول ڇڏي پيءُ جي سار سنڀال ۽ گهر جي ڪمن ڪارين ۾ ماءُ جو هٿ ونڊائڻ لڳن ٿيون. ڇوڪرا اڪثر ڪم ڪار شروع ڪن ٿا. جنهن گهر ۾ ماءُ پيءُ ٻئي ايڊز ۾ ورتل هجن ته ان گهر جا ٻار گهر ڇڏي اچي رستا وسائين ٿا ۽ اڪثر پنهنجي گذرسفر لاءِ جسم فروشيءَ جو سهارو وٺن ٿا. □



ٻار ايڊز جي نشاني تي

ٻار نہ رڳو ايڊز ۾ مبتلا ٿي رهيا آهن، پر ان جي پکيڙڻ جو ذريعو بہ بڻجي رهيا آهن.

محمد عبدالصبور

اهو سڀ ڄاڻن ٿا تہ ايڊز هڪ خطرناڪ ۽ موتمار مرض آهي، پر ان بابت ڪي اهڙيون ڳالهيون بہ مشهور ٿيل آهن، جن جو حقيقت سان ڪو واسطو ناهي، مثال طور، هڪ عام خيال اهو آهي تہ ايڊز جنسي بي راهہ رويءَ سبب هڪ کان ٻئي شخص ڏانهن منتقل ٿئي ٿي، ان ڪري رڳو بالغ ئي ان جو شڪار ٿين ٿا ۽ ٻار محفوظ ٿا رهن.

اهو خيال بہ عام آهي تہ ايڊز جو وائرس معاشري جي انهن اڻوندڙ طبقن ذريعي پکڙجي ٿو جيڪي جنس فروشيءَ جي ڪاروبار ۾ ملوث هوندا آهن يا نشي جا عادي ماڻهو ايڊز جا مريض ٿيندا آهن ۽ معاشري جي اخلاقي اصولن جا پابند ماڻهو ان مرض کان مڪمل طور تي محفوظ آهن.

حقيقت اها آهي تہ سڄي دنيا جي جنسي مرڪزن ۾ جنس فروشيءَ جي ڪاروبار ۾ هاڻ وڏي تعداد ۾ ننڍي ڄمار وارا ٻار بہ شريڪ ٿيندا پيا وڃن، ان ريت ٻار بہ نہ رڳو ايڊز جو شڪار ٿي رهيا آهن پر ان جي پکيڙڻ جو ذريعو بہ بڻجي رهيا آهن.

ايڊز جو وائرس ٻارن ۾ منتقل ٿيڻ جو هڪ ٻيو اهم واسطو بہ آهي. مثال طور، هڪ شخص جيڪو گهر کان ٻاهر ڪنهن جنسي تعلق سبب ايڊز جو شڪار ٿئي ٿو تہ هو پنهنجي گهريلو ۽ پاڪباز زال کي اهو وائرس منتقل ڪري ٿو، جيڪو ويم دوران ڄمندڙ ٻار جي رت ۾ شامل ٿي وڃي ٿو ۽ ان طريقي سان معصوم ٻار بہ ايڊز ۾ مبتلا ٿي سگهي ٿو.

ايڊز کان ڊنل جنسي مريض ماڻهو ان خيال کان تہ طوائفن وٽ وڃڻ سان هو ايڊز جو شڪار ٿي سگهن ٿا، هاڻ معصوم ٻارن کي جسم فروشيءَ ۾ ڦاسائي پنهنجو عذاب معصوم زندگين کي منتقل ڪري رهيا آهن.

هڪ ٻيو هاڃو اهو آهي ته پنهنجي ڪچڙن عضون سبب ننڍڙا ٻار هڪدم ايڊز جي وائرس جو شڪار بڻجي ويندا آهن، ڇاڪاڻ جو جنسي عمل دوران رڳڙ جي نتيجي ۾ معمولي رهڻ سان به اهو وائرس هڪ ڪان ٻئي جسم ۾ منتقل ٿي ويندو آهي. هڪ بالغ مرد سان جنسي عمل ڪرڻ سان 13 يا 15 سالن جي ڇوڪريءَ جي جسم تي اهڙي رهڻ اچڻ جا امڪان تقريبا يقيني آهن. ان ڏس ۾ بنگلاديش ۾ ڪيل هڪ تحقيق مان پتو لڳو آهي ته اهڙين ڪچڙي وهيءَ وارين ڇوڪرين کي مڪمل عورت جي پيٽ ۾ وڌيڪ پيرا ان عمل مان لنگهڻو ٿو پوي.

هڪ ٻي حقيقت هيءَ آهي ته ڇڙواڳ مردن ۾ نون جنسي عملن مان لنگهڻ جو شوق سرس هوندو آهي. ان جي نتيجي ۾ به ايڊز جو وائرس وڌيڪ تيزيءَ سان پکڙجي رهيو آهي. اهڙا فرد پنهنجي زالن ۽ انهن وسيلي پنهنجي ٻارن ۾ ايڊز جو وائرس منتقل ڪرڻ جو سبب بڻجي رهيا آهن. بنگلاديش ۾ ايڊز جي شڪار هر ستن بالغ عورتن مان رڳو ٻه جسم فروشيءَ جي ڪرت ۾ ملوث هجن ٿيون، جڏهن ته باقي پنج گهريلو عورتون آهن.

ٿائيلينڊ ۾ رڳو ڏهن سالن دوران ايڊز يا ان جو وائرس ايتري تيزي سان پکڙيو آهي، جو هاڻ اهو هڪ انتهائي سنگين سماجي، معاشي ۽ طبي مسئلو بڻجي چڪو آهي. ان جي شروعات نشي جي اهڙن عادي ماڻهن کان ٿي جن نشو پنهنجي جسم ۾ داخل ڪرڻ لاءِ هڪ ئي سوئي ڪان ڪم ٿي ورتو پر هاڻوڪن سالن ۾ جنس جي خريدارن ايترو تيزيءَ سان اهو خطرناڪ وائرس پنهنجي زالن ۽ ٻين عورتن ۾ پکڙيو آهي جو هاڻ ان جو پڙاڏو قومي سطح تي ٻڌجي ٿو. گهريلو عورتن کان اهو مرض سندن ٻارن ۾ به تيزيءَ سان پکڙجي رهيو آهي ۽ ڪيرپياڪ يا تازو چانور ٻار پنهنجي مائرن کان اها موتمار سوکڙي وصول ڪري رهيا آهن.

ايڊز جي وائرس کي پکڙجڻ کان روڪڻ جو پهريون قدم اهو آهي ته مردن کي جسم فروشن کان پري رهڻ تي راضي ڪجي ۽ ان واسطي هڪ ڀرپور مهم

هلائجي. ٻيو قدم ڪنڊوم جي استعمال جي ترغيب ۽ گڏوگڏ طبي مدد جي فراهمي ۽ ٽيون قدم مڙس کان زال ڏانهن وائرس جي منتقليءَ جو خاتمو آڻڻ آهي.

ان ڏس ۾ شادي کان اڳ صلاح مشورو اهم ڪردار ادا ڪري سگهي ٿو. ان وسيلي نہ رڳو ايڊز جي وائرس جو وقت سر پتو لڳائي سگهجي ٿو، پر ان کي پکڙجڻ کان بہ روڪي سگهجي ٿو. ان ريت زال ۽ مڙس وچ ۾ چٽي پٽي انداز ۾ خيالن جي ڏي وٺ وسيلي ڪين ممڪن خطرن ۽ ان جي تدارڪ بابت درست ڄاڻ ڏئي سگهجي ٿي. ايڊز جو وائرس لڳل جوڙن کي ٻار پيدا نہ ڪرڻ تي بہ ريجهائي سگهجي ٿو. مڙسن ۾ ذميواريءَ جو احساس پيدا ڪري سگهجي ٿو. ويم جي صورت ۾ AZT جو استعمال ڪرائي سگهجي ٿو، جنهن جي نتيجي ۾ نئون ڄاول ٻار گهڻي حد تائين ايڊز جي وائرس کان محفوظ ٿي سگهي ٿو. تجزين مان ثابت ٿيو آهي تہ AZT جي استعمال کان سواءِ ٻار کي ماءُ وٽان وائرس لڳڻ جا 26 سيڪڙو امڪان هوندا آهن. جڏهن تہ ان جي پنج مهينا استعمال کان پوءِ اهي امڪان رڳو 8 سيڪڙو رهجي ويندا آهن، پر اهو طريقو تمام گهڻو مهانگو آهي ۽ ان تي في ماءُ 120 کان 1440 ڊالر خرچ اچي ويندو آهي.

ايڊز جو شڪار ٿيندڙ مائرن جي ٻارن جا مسئلا انهن مائرن جي مرڻ کان اڳيئي شروع ٿي ويندا آهن.

ٻارن ۾ ايڊز پکڙجڻ کان روڪڻ واسطي ڪا تدبير تجويز ڪرڻ کان اڳ اهو ڄاڻڻ ضروري آهي تہ اهو وائرس ڪهڙن ٻارن کي نشانو بڻائي ٿو.

پنهنجي گهر ۾ تشدد يا جنسي ڏاڍائي، غربت يا بدلجندڙ ماحول جي اثر هيٺ بي راهہ رويءَ جو شڪار ٿيندڙ ٻار، مالي فائدن جي لالچ تحت جنسي عمل ڏانهن راغب ٻار، جلدي اهڙن بي ضمير ماڻهن جي ور چڙهي ويندا آهن، جيڪي منظم طريقي سان

ايڊز جو سڀ کان پهريون شڪار

سائنسدانن جي تحقيق وسيلي پتو لڳو آهي تہ دنيا ۾ ايڊز جو پهريون شڪار هڪ افريڪي هو، جيڪو 1959ع ۾ گذاري ويو. ايچ آءِ وي وائرس سڀ کان پهرين ڪٿي منهن ڪڍيو واري سوال جي جواب لاءِ سائنسدانن 1959ع ۽ 1982ع دوران آفريڪا ۾ رت جي 1213 نمونا ونـي انهن تي تحقيق ڪئي. تحقيق مان پتو لڳو تہ ڪانگو جي راڄڌاني ڪنشاسا جي علائقي ليوپولڊ ويليءَ ۾ رهندڙ بشو قبيلي جي هڪ شخص ۾ پهريون ڀيرو ايچ آءِ وي جون نشانيون ڏٺيون ويون.

آمريڪا ۾ ايڊز جي وبا جو سڀ کان پهريون واقعو 5 جون 1981ع تي ڄاڻ ۾ آيو. جڏهن پنج هم جنس پرست نمونيا ۽ ان جهڙن ٻين وقتي انفيڪشن ۾ قاتل مليا. هڪ نظرئي موجب آمريڪا ۾ اها بيماري سڀ کان پهرين هڪ شخص گيٽن ڊوگاس کي لڳي، جنهن ٽن سالن جي عرصي ۾ سڄي آمريڪا جي تقريبا 50 مردن کي اها بيماري منتقل ڪئي.

جنس فروشيءَ جي ڪاروبار ۾ رذل هوندا آهن. کين ان حالت تائين پهچائڻ ۾ سندن ”دوستن“ ۽ پئسا ڪمائڻ جو گُر ٻڌائيندڙ چالاڪ ماڻهن کان سواءِ اهڙن مائٽن جو به هٿ هوندو آهي، جيڪي معمولي رقم خاطر پنهنجي ٻارن کي به وڪڻي ڇڏيندا آهن. ٻار اغوا ڪندڙ گروهه به ان جا ذميوار ليکي سگهجن ٿا.

ٻارن ۾ جسم فروشيءَ جا هيٺيان سبب ٿي سگهن ٿا:

جنس جي طلب، معاشي بهتري جي خواهش، اها غلطفهمي ته جنس فروشي پئسا ڪمائڻ جو ”سولو“ ذريعو آهي، اهو خيال ته ڪو ٻيو ”روزگار“ ڳولهڻ ڏکيو آهي، تعليم پرائڻ ۾ رڪاوٽون، سرڪاري شعبن ۾ پکڙيل بدعنواني، فريب، زور ۽ زبردستي، بک ۽ غربت، قدرتي آفتون، جهالت، گهر ۾ تشدد ۽ گهر کان ٻاهر تمام گهڻيون دلچسپيون وغيره سبب تمام گهڻا ٻار گهران ڀڄي ٿا نڪرن ۽ آواره گردي کان سواءِ جنسي بي راهه رويءَ جو شڪار ٿا ٿين. منجهائن اڪثر ٻار اهڙن ڏوهاري ٽولن وٽ ڦاسي پوندا آهن، جيڪي کين جسم فروشيءَ تي مجبور ڪندا آهن. رولو ٻار چوري چڪاري ۽ نشو پتو وڪڻڻ لاءِ به استعمال ڪيا ويندا آهن ۽ هو پاڻ به نشو واپرائڻ لڳندا آهن. سندن مدد نه پوليس ٿي ڪري ۽ نه ئي هو ڪورٽ تائين پهچي سگهن ٿا. کين دوا درمل جي ضرورت پوي ته ان کان به محروم ٿا رهن.

جهڙي ريت ٻارن کي جسم فروشيءَ سان لڳائڻ جا ڪيترائي سبب آهن، ساڳيءَ ريت ان معاشرتي برائي جي حل جا به ڪيترائي رستا آهن. ان منزل تائين رسائي لاءِ ضروري آهي ته ٻارن ۽ خاص طور تي ڳوٺاڻي علائقن ۾ رهندڙ ڇوڪرين لاءِ تعليم حاصل ڪرڻ کي يقيني بڻايو وڃي، قانون جي پابندي ڪرائي وڃي، روزگار جا بهتر موقعا فراهم ڪيا وڃن، عوام جي شعور کي درست سمت تي لڳائجي، سڌ سماءُ جي ذريعن کي استعمال ۾ آڻي غلط رسمن ۽ رواجن کي ختم ڪجي ۽ قانون کي اهڙن ڏوهاري ماڻهن خلاف اثرائتي انداز ۾ حرڪت ۾ آڻجي جيڪي جسم فروشيءَ ۾ ملوث هجن.

ٿائيليند جي شهرن ۾ رولو ڇوڪرن ۽ ڇوڪرين لاءِ جيڪي تجويزون ڏنيون ويون آهن، سي هي آهن: ٽن سالن واري ثانوي تعليم کي لازمي قرار ڏنو وڃي، سندن واسطي صنعت ۽ حرفت جي تربيت جو بندوبست ڪيو وڃي ۽ کين رهائش لاءِ جاءِ، طبي ۽ ٻيون سهولتون فراهم ڪيون وڃن.

> **ايڊز لڳل هر ستن بالغ عورتن مان فقط ٻه جسم فروشيءَ ۾ رذل آهن، جڏهن ته باقي پنج گهريلو عورتون آهن.**

ايڊز جي شڪار ٿيندڙ مائرن جي ٻارن جا مسئلا انهن مائرن جي مرڻ کان اڳ ئي شروع ٿي وڃن ٿا. اهڙن ٻارن کي ان وقت وڏي پيڙا ڀري دور مان لنگهڻو ٿو پوي جڏهن هو پنهنجي مائٽن کي ايڊز جهڙي مرض جي مختلف مرحلن مان لنگهندي ڏسن ٿا. شروعات ۾ ته اهو مرض سيني کان لڪايو ويندو آهي پر گهر جي ماحول ۾ وڌندڙ تاءُ کين حيران پريشان ڪري ڇڏيندو آهي. آهستي آهستي

مرض جون علامتون واضح ٿينديون آهن ۽ گهر ۾ بيماري، آمدني ۾ ڪوٽ ۽ آخرڪار مائٽن جي بيروزگاري انهن ٻارن کي شديد نفسياتي ۽ جذباتي دٻاءُ جو شڪار ڪندي آهي. ٻاڙي وارا ۽ ٻيا واقف نظرون ڦيرائڻ لڳندا آهن. اسڪول جا ساٿي ۽ دوست اهڙا سول پڇڻ لڳندا آهن، جن جو وٽن ڪو جواب نه هوندو آهي. مائٽن جي دنيا مان موڪلائڻ کان پوءِ هو بلڪل اڪيلا ۽ بي سهارا ٿي پوندا آهن. عام خيال ته اهي ٻار به پنهنجي معصوم جسمن ۾ ايڊز جا خطرناڪ وائرس کنيل آهن کين پنهنجي معاشري کان ڪٽي ڌار ڪندو آهي ۽ غربت ۽ بک جا پوائنٽا پاڇا ڏڳها ٿي ويندا آهن.

ٿائلينڊ ۾ اڪثر غربت جا شڪار مائٽ پنهنجي ٻارن کي بي واهرو ڇڏي ڏيندا آهن. منجهائن ڪيترائي ٻار ان ڪري معاشري جي حوالي ڪيا ويندا آهن، جو هو وبا وانگر پکڙجندڙ ايڊز وائرس لڳل هوندا آهن. اهڙي صورت ۾ سندن مائٽ به يقيني طور تي ايڊز جي مرض ۾ مبتلا ٿي چڪا هوندا آهن. ماهرن جو خيال آهي ته مڇي ماني وارن ڪٽنبن ۾ ان طرح ٻارن کي بي واهرو ڇڏڻ جو رواج ناهي، پر غربت جا شڪار ائين ڪرڻ تي مجبور هوندا آهن.

ايڊز جي موجودگيءَ جو پتو لڳڻ کان پوءِ ايڊز لڳل فرد سماجي بائيڪاٽ جو شڪار ٿي ويندا آهن ۽ ان ريت جڻ مرڻ کان اڳي ئي مري ويندا آهن. هو لاڳيتو ڏڪ جي فضا ۾ ساهه کڻندا آهن. ڪٽنب جي فردن ۽ دوستن، مائٽن جي منفي رويي جو ڏڪ، بيروزگاريءَ جو ڏڪ، زندگيءَ جي بي يقيني جو ڏڪ، علاج معالجي جي سهولتن جي اڻهوند يا گهٽتائي جو خوف،

ايڇ آءِ وي وائرس ڪيئن وجود ۾ آيو؟

سائنسدان ان ڏس ۾ اڃا ڪنهن حتمي نتيجي تي نه پهتا آهن. ايڇ آءِ وي جي وجود ۾ اچڻ بابت هن وقت تي نظريا پيش ڪيا وڃن ٿا:

1۔ هيءَ وائرس انسان جو ٺاهيل آهي ۽ جنگ جي هٿيار طور ڪنهن ليبارٽريءَ ۾ ٺاهيو ويو آهي.

2۔ هيءُ وائرس پهرين جانورن ۾ پيدا ٿيو ۽ انهن مان انسانن کي لڳو.

3۔ گهڻي عرصي تائين اهو وائرس ڪنهن ڏورانهين علائقي ۾ انسانن جي هڪ ننڍي گروهه ۾ موجود هو ۽ سازگار ماحول ملندي ئي دنيا ۾ پکڙجي ويو آهي.

ايڇ آءِ وي ۾ ڊي اين اي جي تسلسل جي ڪمپيوٽر تي ٺاهيل ڊانچي مان اندازو لڳي ٿو ته ان وائرس جي ارتقا گذريل هڪ سئو سالن اندر ٿي آهي. ان سوال جو حتمي جواب اڃا نه مليو آهي ته ايڊز نئين بيماري آهي يا پراڻي جيڪا گهڻي دير سان سڃاتي وئي آهي، ايترو دير سان جو انسان ان جي اصل بابت ڪڏهن به شايد ڄاڻي نه سگهي.

(ايڊز اپ ڊيٽ 1999ع)

مرض جي شدت جي صورت ۾ پيڙا جو ڏڪ کين اهڙن ماڻهن جي ويجهو ڪري ڇڏيندو آهي، جيڪي پاڻ به ايڊز جو شڪار هوندا آهن.

جيڪي ٻار ايڊز جو شڪار ٿين ٿا، تن کي يتيم خانا به قبول نٿا ڪن، طبي پيشي سان لاڳاپيل فرد کين طبي سهولت

مهيا نٿا ڪن، ايستائين جو ڪين پنهنجي تعليمي ادارن مان به جواب ملي ويندو آهي ۽ هو سدائين لاءِ جهالت جي اونداهين ۾ ڀٽڪڻ لڳندا آهن. اهڙا ٻار مجبور ٿي پوندا آهن ته پنهنجو پيٽ پالڻ لاءِ گهٽين ۽ بازارن جو رخ ڪن يا ڪارخانن ۾ محنت مزدوري ڪن. ايڊز لڳل ٻار پنهنجي سمورن انساني حقن کان محروم ٿيو وڃن. هو نه ته قانون جي مدد وٺي سگهن ٿا، نه هنن لاءِ طبي سهولتون آهن، نه تعليم حاصل ڪري سگهن ٿا، نه شادي ڪري سگهن ٿا، نه ڪٿي پناهه وٺي سگهن ٿا ۽ نه ئي عوامي ۽ سماجي سرگرمين ۾ حصو وٺي سگهن ٿا. حقيقت ته اها آهي ته بيرحم سماج ۾ ڪين انسان هئڻ جو درجو به نٿو ملي.

ايڊز جو وائرس جاگرافيائي، سماجي ۽ نسلي حدن جو پابند ناهي. روزگار جي ڳولا ۾ يا پيشيور مصروفيتن دوران هڪ ملڪ کان ٻئي ملڪ اچڻ وڃڻ هاڻ معمول جي ڳالهه آهي. مرد ته مرد هاڻ عورتون به روزگار لاءِ پنهنجو ملڪ ڇڏي پرڏيهه وڃن ٿيون. پاڪستان ۾ بنگلاديشي عورتون وڏي تعداد ۾ ڪم ڪري رهيون آهن. ننڍي کنڊ جون ڪيتريون ئي عورتون وچ اوڀر ۾ ڪمائي رهيون آهن. ٿائيلينڊ جون عورتون جاپان ۾ ۽ برما جون عورتون ٿائيلينڊ ۾ ڪم ڪري رهيون آهن. سندن هڪ وڏو تعداد ڏوهاري ايجنٽن ذريعي هڪ ملڪ کان ٻئي ملڪ پهچي رهيو آهي ۽ پنهنجي مرضيءَ سان يا زوري جسم فروشيءَ جي ڪرت ۾ رڌل آهن. غيرقانوني طريقن سان ٻين ملڪن ۾ وڃڻ ڪري اهي عورتون ڏوهارين جي رحم ڪرم تي هونديون آهن. اهڙا بي ضمير فرد معصوم ڇوڪرين ۽ ڇوڪرن کي پنهنجي غليظ مقصدن لاءِ استعمال ڪري رهيا آهن ۽ اهو ڪم اهڙي مهارت سان ٿا ڪن جو مٿن هٿ وجهڻ ممڪن ناهي. انهن وسيلي به ايڊز جو وائرس دنيا ۾ پکڙجي رهيو آهي ۽ هاڻ ته دنيا جو ڪوبه ملڪ ان کان محفوظ ناهي.

باقي: صنفي مت ڀيد

عالمي ادارن ۽ تنظيمن کي پنهنجو ڪردار ايمانداريءَ سان ادا ڪرڻو پوندو.

اڄ عورتن ۾ ايڇ آءِ وي انفيڪشن رڳو هڪ مسئلو نه پر زندگي ۽ موت جو سوال بڻجي چڪو آهي. عورتن کي زندگيءَ جي بهتر حالتن لاءِ بهتر معاشي موقعن جي ضرورت آهي. ڪين ان ڳالهه جو اختيار گهرجي ته جنسي ميلاپ جي سلسلي ۾ محفوظ رستو چونڊي سگهن. وڌ کان وڌ مردن ۾ ان ڳالهه جو شعور پيدا ڪرڻ جي ضرورت آهي ته عورتن کي ايڊز جي انفيڪشن کان محفوظ رکڻ لاءِ ڪين به حفاظتي تدبيرن جي صورت ۾ پنهنجو ڪردار ادا ڪرڻو پوندو. اها ڳالهه واضح طور تي ذهن ۾ ويهارڻ جي ضرورت آهي ته عورتن جي جنسي ۽ معاشي استحصال سان منجهن ايڊز جي وبا کي هٿي ملي ٿي ۽ هو محدود زندگي گذارڻ تي مجبور ٿين ٿيون. عورتن کي پنهنجا حق گهربل آهن. جيڪڏهن سندن استحصال نه ٿئي، هو روزگار جي معاملي ۾ آزاد هجن ته زندگيءَ جو معيار مٿاهون ٿيندو ۽ هو ايڊز سان پنهنجي اثرائتي بچاءَ جي جنگ بهتر طور تي ڪٿي سگهنديون. □

قاتل وبا

ڊاڪٽر ابتهاج خرم

جنسي بي اعتدالي ان مرض جو اصل سبب نه، ته به ان جي پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو ذريعو ضرور آهي.

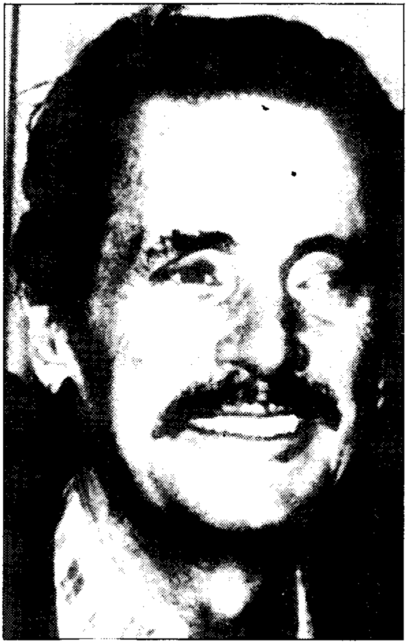
فلم انتهائي زبردست هئي. ڪمشنر پوليس ميڪ ملن ذاتي دلچسپي ۽ ڏاهپ سان ڏوهارين جون سموريون ڪوششون ناڪام بڻايون ۽ آخرڪار پوليس ڏوهارين کي سگهه سوڌو گرفتار ڪيو ۽ هو ان ريت پنهنجي انجام تي پهتا.

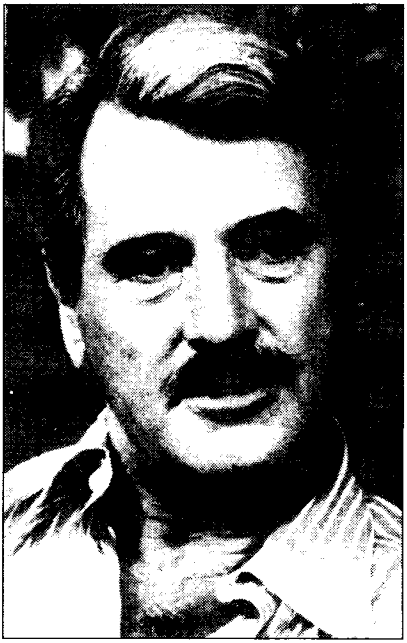
اسين سيئي ٽي- ويءَ آڏو جمع ٿي وڏي دلچسپي ۽ حيرانگيءَ سان ”ميڪ ملن اينڊ وائف“ جي تازي قسط ڏسي رهيا هئاسين. ڪنهن چيو، ”جيڪڏهن فلم ۾ راڪ هڊسن نه هجي ها ته فلم مزو ئي نه ڪري ها.“

ڳالهه پنهنجي جاءِ تي بلڪل درست هئي. راڪ هڊسن به ڪمال جو فنڪار هو. هر ڪردار ۾ پيهجي ويندو هو ۽ ائين لڳندو هو ته ڄڻ اهو ڪردار ٺهيو ئي هن لاءِ هو.

اها ٽي- ويءَ آڏو گذريل هڪ شام هئي، جيڪا آئي ۽ لنگهي وئي. نه ڄاڻ ڪيترائي اهڙا هفتا آيا جو اسان ساڳي شوق ۽ جوش سان ميڪ ملن اينڊ وائف جون قسطون ٿي ڏٺيون. پوءِ ٽي- ويءَ تان قسطوار هلندڙ اها فلم ختم ٿي وئي، پر ذهن تي ڪشمنر ميڪ ملن جي ياد سدائين لاءِ محفوظ رهي.

ڪجهه سال ئي گذريا هوندا جو اخبارن ۾ اها خبر پڙهي ذهن مايوسيءَ جي ور چڙهي ويو ته راڪ هڊسن ايڊز جي مرض ۾ ڦاسي پيو آهي ۽ پوءِ وقفي وقفي سان سندس بيماريءَ جون خبرون ۽ تفصيل ڇپبا رهيا. هو تندرست ۽ توانو، بانڪو ۽ ڳڀرو ڪمشنر ميڪ ملن هڏين جو ڍانچو نظر اچڻ لڳو. سندس ايندڙ هر نئين تصوير سندس طبيعت جي خرابيءَ جو ڏس ڏئي





هاليووڊ جو هيرو ۽ ٽي- وي ۽ فلم جو مشهور فنڪار راڪ هڊسن دنيا جو پهريون مشهور ماڻهو هو، جيڪو ايڊز جو شڪار ٿيو. آمريڪي صحافي رينڊي شلٽس (جيڪو اڳتي هلي پاڻ به ايڊز وگهي مري ويو) لکيو: ”آمريڪا ۾ ايڊز جا به واضح مرحلا آهن، راڪ هڊسن کان اڳ ۽ پوءِ.“ راڪ هڊسن جي موت کان پوءِ ’ايڊز‘ کي جيڪا شهرت ملي، ان جي ڪري انهيءَ موذي وبا جي تدارڪ ۽ ان کان بچاءُ جي ڪوشش کي هٿي ملي. راڪ هڊسن 59 سالن جي ڄمار ۾ 1985ع دوران گذاري ويو.
(ايڊز اپ ڊيٽ 1999ع جي ٿورن سان)

رهي هئي ۽ پوءِ هڪ ڏينهن خبر آئي ته راڪ هڊسن ايڊز جو مقابلو ڪندي ٿڪجي پيو ۽ پنهنجي پرستارن جي دلين ۾ هميشه لاءِ پنهنجي ياد ڇڏي اجل جو راهي بڻجي ويو.

اهو شايد پهريون ڀيرو هو جو ڪا عالمي شهرت واري شخصيت ايڊز جو شڪار ٿي هئي. ان سان نه رڳو ان بيماري جي پروپگنڊا ٿي، پر ايڊز ۾ مبتلا ٿيڻ جا مختلف سبب به دنيا آڏو آيا. شايد راڪ هڊسن جي ڪيترن ئي پرستان کي اهي ڳالهيون ٻڌي ۽ پڙهي شديد مايوسي ٿي هوندي ته ايڏي ڀلي فنڪار جي ذاتي زندگي اوڏي تعريف جوڳي نه هئي، جيتري سندس اداڪاري، پر هڪ ڳالهه ساراهه جوڳي ضرور هئي ته هر وڏي ۽ مشهور شخصيت جي اٿڻ

هن پنهنجي بيماري ۽ ان جي سببن کي ڳجهو رکڻ بدران ايلزبيٿ ٽيلر جي مدد سان ان مرض جي پوري پوري پروپيگنڊا ڪئي ۽ ائين راڪ هڊسن وسيلي عام ماڻهوءَ کي به ايڊز جي مرض جي موجودگيءَ جو پتو لڳو ۽ منجهن ان بابت وڌيڪ ڄاڻڻ جو اشتياق پيدا ٿيو، ٿي سگهي ٿو ته راڪ هڊسن کان اڳ به ڪا شخصيت ان مرض جو شڪار ٿي هجي، پر اهو ضرور آهي ته ان مرض جي عالمي سطح تي جيتري مشهوري شروعاتي دور ۾ ان اداڪار وسيلي ٿي اها شايد ٻين ڪڏهن نه ٿي هوندي.

ايڊز جي افسوسناڪ تاريخ ڪٿان شروع ٿئي ٿي، اهو ته ٻڌائڻ شايد ڏکيو ٿئي، پر جديد دنيا ٻاهريون پيرو 1981ع ۾ ايڊز کي هڪ مرض طور تسليم ڪيو. شروع ۾ سمجهيو ويو ته اهو مرض شايد رڳو آمريڪا ۾ ئي آهي پر جڏهن تحقيق جو دائرو وسيع ٿيو ته پتو لڳو ته دنيا جي هر ڪنڊ ۾ اهو مرض موجود آهي.

سائنسدان ان ڳالهه تي سهمت آهن ته ايڊز جا 90 سيڪڙو واقعا جنس بي اعتدالي سبب پکڙجن ٿا.

جيئن ته ايڊز جا واقعا آمريڪا جي ڪجھ مخصوص ماڻهن ۾ هٿ آيا، جيڪي هم جنس پرستيءَ ۾ مبتلا هئا، تنهن ڪري ان خيال کي هٿي ملي ته اهو مرض رڳو جنسي بي اعتدال ماڻهن تائين محدود آهي پر آهستي آهستي ان مرض بابت ڄاڻ ۾ اضافو ٿيو ته پتو لڳو ته جنسي بي اعتدالي ان مرض جو اصل سبب ته نه پر ان جي پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو ذريعو آهي ۽

تيز رفتار دنيا جا خطرا

اڄ وچ جي تيز رفتار ذريعن فاصلا گهٽائي دنيا کي هڪ ڳوٺ ۾ بدلائي ڇڏيو آهي. انسانن سان گڏوگڏ ان جو فائدو ايڊز کي به پيو آهي. ايڊز يا ان جهڙي ڪا به وبا اڄ دنيا جي ڪنهن به ڏورانهين علائقي ۾ ڦٽي، سيائٽي اها اوهان جي ملڪ بلڪ اوهان جي شهر ۾ ڪَرَ ڪٽي سگهي ٿي. اڄ کان پندرنهن ويه سال اڳ اها ڳالهه ڪرڻ ناممڪن هئي.

جيئن جيئن تحقيق جو دائرو وسيع ٿيندو ويو ته اهو مفروضو شڪ ۾ بدلبو ويو ۽ اڄ سائنسدان ان ڳالهه تي سهمت آهن ته ايڊز جا 90 سيڪڙو واقعا جنسي بي اعتدالي سبب پکڙجن ٿا.

ايڊز اصل ۾ هڪ وائرس سان پکڙجي ٿو، جيڪو جسم ۾ موجود مدافعت واري سگهه ختم ڪريو ڇڏي. ان وائرس جو نالو Human Immunodeficiency Virus ۽ جنهن جو مخفف HIV آهي. ايچ آءِ وي انساني جسم ۾ داخل ٿي هڪ خاص قسم جي انساني خليي T-Lymphocyte ۾ گهڙي ويندو آهي ۽ انهن خلين تي جيڪي انسان جي مدافعتي نظام کي مضبوط ڪندا آهن، انهن تي اهڙي طرح اثرانداز ٿيندو آهي جو ان کان پوءِ جيترا به نوان خليا ٺهندا آهن، انهن سڀني ۾ اهو وائرس موجود هوندو آهي ۽ ائين ان جي آبادي وڌندي ويندي آهي.

جڏهن ايچ آءِ ويءَ جو تعداد وڌندو آهي ته اهي مدافعتي خليا جن جو مٿي ذڪر آيو آهي، تباهه ٿيڻ لڳندا آهن ۽

آهستي آهستي انسان جو مزاحمتي نظام بلڪل ختم ٿي ويندو آهي. ان ڪري معمولي جيوڙو به انساني جسم ۾ داخل ٿيو ته اهو ان جو مقابلو ڪري نه سگهندو آهي. عام حالتن يا صحتمند ماڻهو ۾ جڏهن مدافعتي نظام ٺيڪ هوندو آهي، جسم وڏين بيمارين جي حملي کي سولائي سان برداشت ڪري ويندو آهي ۽ اڪثر بنا علاج جي ٺيڪ ٿي ويندو آهي، پر ايڊز جي مريض جي حالت اُن عاليشان محل جهڙي آهي، جنهن جي حفاظت جو ڪو بندوبست نه هجي ۽ معمولي ڳنڍي چوڙ کان وٺي نامي گرامي چور تائين هرڪو سولائي سان ان جي چائنٺ اورانگهي پنهنجي مرضيءَ سان ڪاٽ هٽي سگهي ٿو.

ايڊز جو وائرس جيڪڏهن جسم ۾ داخل ٿي وڃي ته فوري طور تي نه پر ڪجهه وقت کان پوءِ اثر انداز ٿيندو آهي. عام طور تي ايڊز جي وائرس جي جسم ۾ داخل ٿيڻ کان ان مرض جون علامتون ظاهر ٿيڻ جو وقفو ڇهن مهينن کان ڪيترن ئي سالن تي پکڙيل هوندو آهي. سراسري طور اهو وقفو ٻارن ۾ هڪ سال ۽ وڏن ۾ پنجن سالن تائين هوندو آهي.

تمام گهڻا ماڻهو اهڙا هوندا آهن جن ۾ ايڊز جا وائرس ته موجود هوندا آهن پر مرض جون علامتون ظاهر نه ٿينديون آهن، اهڙن ماڻهن کي ايڇ آءِ وي پازيٽو سڏيو ويندو آهي. ان بابت اڃا گهڻي ڄاڻ ناهي ته ڪن ماڻهن ۾ اهي نشانيون جلدي ڇو ظاهر ٿينديون آهن ۽ ڪن ۾ دير سان ڇو، پر ان ڏس ۾ ڪجهه مفروضا آهن، جيڪي ان بابت معاملو ڪجهه سولو ڪن ٿا جهڙوڪ، ايڊز جي وائرس جو هر هر جسم ۾ داخل ٿيڻ، يا ايڊز سان گڏوگڏ سله، مليريا ۽ ٻين مرضن جي موجودگي جيڪي مدافعتي نظام کي پاڻ به هيٺو ڪندا آهن يا اهڙي عورت جيڪا ڳورهاري هجي يا مريض ۾ ڪو اهڙو موروثي نقص هجي، جنهن جي ڪري ڪجهه بيماريون ان تي سولائي سان اثرانداز ٿي سگهن ٿيون.

بيماريون ڪهڙي ريت پيدا ٿينديون آهن ۽ ڪيئن پکڙبيون آهن، ان بابت ويچاربو ته پتو لڳندو ته جيڪو معاشرو صحت جي حفاظتي اصولن کان لاپرواهي ڪندو هجي، اتي بيماريون ٿيڻ اٽل آهن. صحت رڳو جسماني نه ٿيندي آهي پر ان جو ذهن سان به گهرو تعلق ٿئي ٿو.

ايڊز جي مريض جي حالت اهڙي محل جهڙي آهي، جنهن جي حفاظت جو ڪو انتظام نه هجي ۽ معمولي ڳنڍي چوڙ کان وٺي نامي گرامي ڌاڙيل سولائي سان ڪاٽ هٽي سگهي.

زندگي جيڪڏهن ڪنهن اصول ۽ ضابطي هيٺ گذارجي ته انسان ڪيترن ئي انفرادي ۽ اجتماعي خرابين کان بچي پوي ٿو، نتيجي طور ذهني ۽ جسماني اهنج سندس ويجهي نٿا اچن. اسين خوشقسمت آهيون جو الله تعاليٰ اسان کي مسلمان گهرائڻ ۾ پيدا ڪيو آهي. اسلام هڪ اهڙو مذهب آهي جيڪو زندگيءَ جي هر پاسي بابت رهنمائي ۽ هدايت ڪري ٿو.

ايڊز جي پکڙجڻ جو جائزو وٺون ته اها ڳالهه واضح ٿي سامهون ايندي ته مسلمان ملڪن تي ان جو مارو گهٽ آهي. آفريڪا

ءِ ايشيا جا اُهي ملڪ جن ۾ مسلمانن جي اڪثريت آهي، عالمي صحت تنظيم موجب ان مرض جا گهڻا شڪار آهن. اتر آفريڪا ءِ ايشيا ۾ هر ڇئن هزارن مردن مان هڪ جي ايڊز جو شڪار هئڻ جا انگ اکر آهن، جڏهن ته آمريڪا ۽ ڪينيڊا ۾ 75 مردن مان هڪ ايڊز جو مريض آهي، جڏهن ته عورتن ۾ اها شرح 700 مان هڪ جي آهي.

مجموعي طور تي ايڊز پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو سبب جنسي بي راهه روي آهي. بنيادي طور تي ايڊز کي ليکيو ئي جنسي بيماري ويندو آهي.

نشي جي عادي ماڻهن ۽ هم جنس پرستن ۾ ايڊز جي پکڙجڻ جا امڪان وڌيڪ ٿيندا آهن.

اُهي قومون جتي جنسي بي راهه روي عروج تي آهي، جتي ڇڱائي ۽ برائي جو فرق ختم ٿي چڪو آهي، اُهي ايڊز جون سڀ کان وڌيڪ شڪار آهن. جيڪڏهن هم جنس پرستي کي انساني حق ۾ شامل ڪيو وڃي ۽ جنسي بي اعتدالي کي هڪ تفريح طور تسليم ڪيو ويندو ته ظاهر آهي ته معاشرو نه رڳو ذهني ۽ اخلاقي ڏيواليپڻي جو شڪار ٿيندو پر مريض به بڻبو.

جنسي بي راهه رويءَ کان سواءِ ايڊز جي پکڙجڻ جا ٽي وڌيڪ طريقا سامهون آيا آهن:

1_ جيڪڏهن ايڊز جي مريض جو رت ڪنهن اهڙي ماڻهو کي چاڙهيو وڃي جيڪو ايڊز جو شڪار ناهي ته هو هڪدم ايڊز جو شڪار ٿيندو. اُسريل ملڪن ته هاڻ اها پابندي هنئي آهي ته رت جي منتقلي اوسنائين نه ٿيندي جيستائين ڪجهه خاص بيمارين بابت ڏنل رت جي چڪاس ٿي نه ڪئي وڃي ته جيئن رت حاصل ڪندڙ ماڻهو انهن بيمارين کان بچي سگهي. انهن بيمارين ۾ ايڊز اڳيري آهي، پر ٽئين دنيا جي اڪثر ملڪن ۾ اها پابندي ناهي. اهو ته ڀلو ٿئي مذهبي ۽ سماجي پابندين جو جن جي ڪري انهن ملڪن ۾ ايڊز گهٽي ناهي، نه ته رت جي منتقلي سبب اسپتالن مان ٻاهر ايندڙ هر مريض جنهن کي رت چاڙهيو ويو هوندو، سو ايڊز جو شڪار ٿي ٻاهر نڪري ها.

2_ جيڪڏهن انساني جسم ۾ خراب سوئي يا سرنج يا ڪا اهڙي ٻي شيءِ لڳي پوي جنهن تي ايڊز جا جراثيم موجود هجن ۽ اها کل اندر داخل ٿي وئي ته ايڊز لڳي سگهي ٿي. ان قسم ۾ خاص طور تي نشي جا عادي اچن ٿا، جيڪي سوئي وسيلي نشو ڪن ٿا. اهڙا ماڻهو نشي واسطي خراب سرنج يا اڳيئي استعمال ٿيل سرنج واپرائين ٿا. جيڪڏهن منجهائن ڪو هڪ به ايڊز جو مريض آهي ته پوءِ نشي وارين انهن سرنجن وسيلي اها هڪ کان ٻئي تائين پکڙجي ٿي.

3_ ايڊز جي پکڙجڻ جو ٽيون ذريعو متاثر ٿيل ماءُ آهي، يعني ايڊز لڳل مريض پنهنجي هر جمندڙ ٻار کي ان جو وائرس منتقل ڪري ٿي. ان ريت معصوم ٻار دنيا ۾ اچڻ کان اڳيئي پنهنجي ڪنهن ڏوهه کان سواءِ ايڊز جهڙي خطرناڪ مرض جو شڪار بڻجي ٿو.

جهڙي ريت مٿي بيان ڪيو ويو آهي ته ايڊز جي مريضن جو تعداد مختلف ڪنڊن ۾ مختلف آهي، ان ريت مختلف ڪنڊن ۾ ايڊز جي پکڙجڻ جا طريقا به مختلف آهن، ان ڏس ۾ چار شڪليون جُڙن ٿيون:

1_ پهرين صورت ۾ آمريڪا ۽

ڪينيڊا جهڙا ملڪ اچن ٿا. ان کان سواءِ آسٽريليا، نيوزيلينڊ ۽ اولهه يورپي ملڪ به ان گروپ ۾ شامل آهن. انهن ملڪن ۾ جيئن ته جنسي آزادي آهي ۽ جنسي بي راهه روي ۽ بي اعتدالي انساني حق طور مڃي ٿي وڃي، ان ڪري اتي ايڊز جي پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو ذريعو جنسي بي راهه روي آهي، خاص طور تي هم جنس پرستي. ان کان سواءِ نشي جا اُهي عادي جيڪي سرنج ذريعي نشو ڪن ٿا تن ۾ به ايڊز عام آهي. نشي کان سواءِ انهن ۾ هم جنس پرستي ۽ ٻيون جنسي بي اعتداليون به پنهنجي عروج تي آهن، تنهن ڪري آباديءَ جي ان حصي ۾ ايڊز پکڙجڻ جا امڪان به گهڻا ٿين ٿا.

پر انهن ملڪن ۾ رت جي منتقلي وسيلي ايڊز پکڙجڻ جا امڪان تمام گهٽ ٿين ٿا، ڇاڪاڻ جو تعليمي معيار ۽ صحت ۽ صفائي جي بهتر انتظامن سبب ايڊز پکڙجڻ جي ٻين سمورن طريقن تي تقريبا مڪمل ڪنٽرول ڪيو ويو آهي.

2_ ٻيو گروپ آفريڪي ملڪن جو آهي. جنهن ۾ اتر، ڏکڻ ۽ وچ آفريڪي ملڪ شامل آهن، انهن ملڪن ۾ هم جنسي بدران ٻيون جنسي بي اعتداليون ايڊز پکيڙڻ جو وڏو سبب آهن. ان کان سواءِ رت جي منتقلي، ماءُ ذريعي ٻارن ۾ مرض جي منتقلي ۽ خراب سرنجن ڪري به آفريڪا جي انهن ملڪن ۾ ايڊز تيزيءَ سان پکڙجي رهي آهي.

3_ ٽئين گروپ ۾ ويسٽ انڊيز ۽ ڏکڻ آمريڪا جا ملڪ جهڙوڪ، برازيل، چلي، ڪولمبيا، وغيره اچن ٿا. هتي ايڊز پکڙجڻ جو سبب اُهي سمورا ذريعا آهن، جن سان اِها پکڙجي سگهي ٿي. يعني هم جنس پرستي. ٻئي جنسي بي راهه روي، نشي جون سوئيون، رت جي منتقلي ۽ ماءُ وسيلي ٻارن جو متاثر ٿيڻ.

4_ چوٿون گروپ انهن ملڪن تي ٻڌل آهي، جيڪي وچ اوڀر، ايشيا ۽ ان جي اوسي پاسي وارن علائقن ۾ موجود آهن. انهن علائقن ۾ اڪثر مسلمان ملڪ به اچي وڃن ٿا. گڏيل قومن جي عالمي صحت تنظيم موجب انهن ملڪن ۾ ايڊز ويجهڙائي ۾ پهتي آهي. هتي گهڻي ڀاڱي مريض اُهي آهن جيڪي دنيا جي ڪن ٻين ملڪن مان ايڊز جا شڪار ٿي ايشيا يا وچ اوڀر پهتا آهن. انهن ۾ ڏيهي ۽ پرڏيهي ٻئي شامل آهن. انهن مريضن جي اڪثريت جنسي بي اعتداليءَ جو شڪار ٿيل آهي. اهڙن ئي مريضن سبب اهو مرض جسم فروش عورتن کي پنهنجو شڪار بڻائي هاڻ انهن تي مارو ڪري رهيو آهي، جيڪي ڪڏهن به ملڪ کان ٻاهر نه ويا آهن.

اها ڳالهه پڌري پٽ پيل آهي ته مسلمان ملڪن ۾ اهو مرض تمام گهٽ آهي.

ايشيا ۾ ايڊز جو مرض تيزيءَ سان پکڙجي رهيو آهي، پنج سال اڳ تائين ايشيا ۾ ايڊز جي مريضن جو تعداد تمام ٿورڙو هو، پر هاڻ هڪ اندازي موجب اهڙن مريضن جو تعداد پنجٽيهه چاليهه لک تي پهچي چڪو آهي. ان مان اڪثر ڀارت جا آهن، جڏهن ته ان کان پوءِ ٿائيلينڊ ۽ برما جو نمبر اچي ٿو.

عالمي صحت تنظيم موجب 2000ع تائين دنيا ۾ ايڊز جي مريضن جو تعداد 4

ڪروڙن تائين پهچي ويندو، جن ۾ عورتون، مرد ۽ ٻار شامل آهن.

انڊونيشيا ۽ بنگلاديش انهن ملڪن ۾ شامل آهن، جن ۾ ايڊز تيزيءَ سان پکڙجي سگهي ٿو ۽ ان جو سبب اهو آهي ته انهن ملڪن ۾ غربت ۽ جهالت سان گڏوگڏ آباديءَ جي في چورس ميل آبادي تمام گهڻي آهي ۽ صحت جون سهولتون تمام گهٽ آهن. هتي جنسي بي اعتدالي سان ته شايد ايڊز پکڙجڻ جو ايڏو خطرو ناهي، جيترو صحت عامہ بابت ڪنهن قسم جي رهنمائي نه هئڻ يا محدود پيماني تي هئڻ آهي. ايڊز کان متاثر ٿيل ماڻهن ذريعي اهو مرض تيزيءَ سان تندرست ماڻهن ۾ پکڙجي سگهي ٿو. ان کان سواءِ نشي جي استعمال ۾ اضافو به ايڊز وڌائڻ ۾ پاڳي پائيوار ٿي رهيو آهي.

پيشيور رت وڪرو ڪندڙن وگهي ايڊز جو مرض ڪنهن به وقت اسان جي ملڪ ۾ وبائي صورت اختيار ڪري سگهي ٿو.

پاڪستان

اسان جي ملڪ ۾ اڃا تائين الله جو فضل آهي جو جنسي بي راه روي ۽ بي اعتدالي مذهبي ۽ سماجي ٻنڌڻي حوالن سان ڏڪار جوڳي ليکي ٿي وڃي. قرآن ۾ لوط جي قوم جي عبرت ناڪ انجام جو واقعو بيان ٿيل آهي، پر ان هوندي به وڏي تعداد ۾ ماڻهو بي راه رويءَ جو شڪار ٿين ٿا. عصمت فروشيءَ جو واپار اڄ به اسان جي ملڪ ۾ موجود آهي. جيتوڻيڪ ان کي قانوني تحفظ حاصل ناهي پر قانون جو تحفظ حاصل ڪرڻ ۾ ڪامياب ٿو رهي.

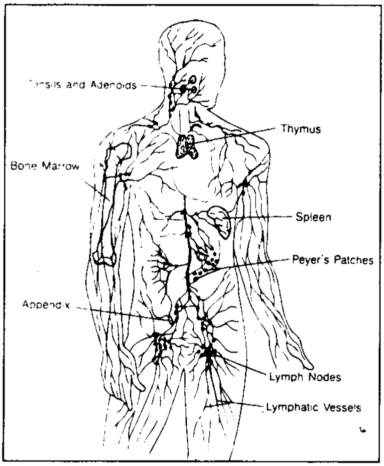
اسپتالن ۾ مريض جي وڌي تعداد کي اهڙو رت چاڙهيو ٿو وڃي جنهن جي ايڊز ۽ ٻين بيمارين جي اڳواٽ چڪاس ٿيل نه هوندي آهي. اڄ به رت ڏيڻ کان اڪثر ماڻهو ائين ڪيٻائيندا آهن جيئن ٽيه چاليه سال اڳ هوندو هو. نتيجي طور اڄ به رت وڪرو ڪندڙ اسپتالن ٻاهران قطارن ۾ ملندا آهن، جن جي اڪثريت نشي جي عادي هوندي آهي. اهڙا ئي ماڻهو ايڊز جي جوکم جو شڪار هوندا آهن. اهو رت ڪنهن چڪاس کان سواءِ اسپتالن ۾ ڊاڪٽرن آڏو غريب مريضن کي چاڙهيو ٿو وڃي. انهن غريبن جو ڪو واهرو ناهي، ان ڪري اُهي ايڊز کان متاثر ٿيڻ جي شديد خطرن جو شڪار هوندا آهن.

نشي جي لعنت جنهن تيزيءَ سان اسان جي ملڪ ۾ پکڙجي رهي آهي، ان جو اسان سيني کي اندازو آهي ۽ نشو استعمال ڪندڙ اهي ماڻهو خاص طور تي ايڊز جو سٽيو گره ٿي سگهن ٿا. سندن ۽ پيشيور رت وڪرو ڪندڙن وسيلي ايڊز جو مرض اسان جي ملڪ ۾ ڪيڏي مهل به وبائي شڪل اختيار ڪري سگهي ٿو.

انگ اکر ڇا ٿو چوڻ، سو هڪ ڌار بحث آهي. اسان جي ملڪ ۾ بدقسمتي سان ڪنهن به قسم جي انگن اکرن تي ويساهه ڪرڻ ڏکيو آهي. جيستائين مون کي ياد ٿو پوي ته، 1986ع ۾ پهريون ڀيرو قومي اسيمبليءَ ۾ ايڊز بابت سوال اٿاريو ويو ته جيئن ملڪ ۾ ان جي مريضن جي تعداد جو پتو لڳي سگهي. اهو سوال ڪراچي سان تعلق رکندڙ اسيمبلي ميمبر پڇيو هو. پاڪستان انسٽيٽيوٽ آف ميڊيڪل سائنس اسلام آباد جي سربراه ان سوال جي جواب ۾ ٻڌايو هو ته پاڪستان ۾ ان وقت

انساني جسم جو دفاعي نظام

انساني جسم ۾ بيمارين خلاف مدافعتي نظام جا اهم عضوا جسم ۾ هر پاسي پکڙيل آهن. طبي ٻوليءَ ۾ انهن کي لمفي عضوا (Lymphiod Organs) سڏيو ويندو آهي. ڇاڪاڻ جو اهي رت جي اڇن جزن جي واڌ ۽ جسم ۾ انهن جي پکيڙ وسيلي مختلف بيمارين خلاف مدافعت جو ڪم ڪندا آهن. انهن لمفي عضون ۾ هڏين جو گودو (Bone Mar-row) ٿيموسيه (Thymus) لمفي ڳنڍيون (Lymph nodes) تلي (Spleen) ٽانسل ۽ غدود (Tonsils and adenoids) آنڊي جو اپينڊڪس، پيرز پيچز (Peyers Patches) ۽ لمفي رڳون (Lymphatic Vessels) شامل هونديون آهن.



ڪوبه ايڊز جو مريض نه هو. پر اڄ صورتحال ان جي ابتڙ آهي ۽ پاڪستان ۾ ايڊز جي مريضن جو تعداد سون کان نڪري هزارن تي پهچي چڪو آهي. گذريل سال تائين تقريبا 30 هزار ماڻهن بابت خيال هو ته منجهن ايڊز جا وائرس آهن. پر انهن جو اصل تعداد ڪيترو آهي، تنهن بابت ڪاٿا ئي لڳائي سگهجن ٿا.

ايڊز جي خطري کان بچڻ لاءِ اسان کي انفرادي طور تي مذهبي اصولن تي هلڻو پوندو. اسلام جتي بي راه رويءَ کي ڏڪار جوڳو ليکي ٿو ۽ ان جي وڏي سزا دنيا ۽ آخرت ۾ مقرر ڪئي آهي. جيڪڏهن اسين پنهنجي دنيا ۾ اصولن کي ئي سچي دل سان لاڳو ڪريون ته به ان مرض کان بچي سگهون ٿا ۽ شايد اسين پنهنجي مذهب جي ڪري ئي ايڊز جي خطري کان گهڻي حد تائين بچيل آهيون.

پر اجتماعي طور تي اسين اُٺ پکيءَ وانگر ڪنڌ واريءَ ۾ لڪائي مسئلي کان لاتعلق ٿا رهي سگهون. اهو هڪ مسئلو آهي. سڄي دنيا ۾ ان جا انيڪ مريض آهن، انڪري اسان کي پنهنجو پاڻ کي ان کان بچائڻ ضروري آهي. جيڪي ماڻهو ايڊز جو شڪار ٿي چڪا آهن، ڪين مڪمل ڏيان ۽ علاج معالجي جون سهولتون رسائڻ گهرجن ته جيئن انهن مريضن مان ٻيا ماڻهو متاثر نه ٿين.

ايڊز بابت عوام کي باخبر ڪرڻو پوندو. تعليم جي گهٽتائي سبب ڪيترائي چڱا ماڻهو چڱي ۽ خراب جي تميز وڃائي چڪا آهن. سٺيون ڳالهيون ۽ سٺا اصول انهن تائين پهچي نٿا سگهن. اسان کي اهڙن سمورن ماڻهن کي ايڊز کان بچڻ جا اصول ۽ ان مرض جي تباهيءَ جي اثرن کان واقف ڪرڻو پوندو.

تعليمي ادارن جي وڏن ڪلاسن جي نصاب ۾ ايڊز بابت ڪجھ اهڙا موضوع شامل ڪرڻا پوندا تہ جيئن شاگرد ۾ ان بيماريءَ جي حوالي سان شعور پيدا ٿئي. اخبارن، رسالن، ٽي- وي ۽ ريڊيو کي ان ڏس ۾ تمام گھڻو اهم ڪردار ادا ڪرڻو پوندو. ڇاڪاڻ جو هاڻوڪو دور ميڊيا جو دور آهي. سڌسماءَ جا وسيلا عوام کي ڪنهن بہ مسئلي بابت ڄاڻ ڏيڻ ۾ سڀ کان اهم ڪردار ادا ڪن ٿا. اهڙا مختلف اشتهار ۽ پروگرام ٽي- وي ۽ ريڊيو تان جاري ڪرڻا پوندا جن سان عوام جو شعور وڌي. گڏوگڏ ان ڳالھ جو بہ خيال رکڻو پوندو تہ سڌسماءُ جي ذريعن وسيلي اهڙا ڪي بہ موضوع سامهون نہ اچن جيڪي اسان جي سماجي ۽ مذهبي قدرن سان ٽڪرائجندڙ هجن، جيڪو وڏن کي ننڍن جي سامهون ۽ ننڍن کي وڏن جي سامهون بي لحاظ ڪن.

حڪومت کي ايڊز جي روڪ ٿام لاءِ اهڙا قانون ناهڻا پوندا جن تحت ان جي منتقلي ڇڪاس کان سواءِ نہ ٿي سگهي ۽ پيشيور رت وڪرو ڪندڙن جي حوصلي شڪني ٿئي. نشي جي عادي ماڻهن کي علاج جون سهولتون حاصل هجن ۽ منشيات فروشن کي ختم ڪري سگهجي. پرڏيهين جي ملڪ ۾ اچڻ تي ڪرڙي نظر رکڻ گهرجي ۽ ايڊز فري ٽيسٽ ڪارڊ لازمي قرار ڏنو وڃي. خاص طور تي انهن ملڪن مان ايندڙن لاءِ جتي اهو مرض خطرناڪ حد تائين وڌيل آهي. ايڊز هڪ اهڙو مرض آهي، جنهن تي هن مهل دنيا ۾ سڀ کان وڌيڪ تحقيق ٿي رهي آهي. هيل تائين ان جو ڪو علاج نہ لڌو ويو آهي، پر ان کان بچاءَ جا يقيني طور تي ڪيترائي طريقا آهن.

سڄي دنيا ۾ ايڊز جي خطرن بابت وڏ کان وڏ پروپيگنڊا ڪئي پئي وڃي تہ جيئن ماڻهن ۾ ان مرض جي حوالي سان سڄاڳي ۽ شعور پيدا ٿئي ۽ هو پنهنجو پاڻ کي ان کان بچائين. ڪجھ عرصي کان پاڪستان ٽي- وي ايڊز بابت هڪ مهم شروع ڪئي آهي، پر اخبارن ۽ رسالن اڃا تائين ان ۾ ڪا خاص دلچسپي نہ ورتي آهي. اسان جي ملڪ ۾ ان مرض جي حوالي سان تمام ٿورڙو لکيو ويو آهي. ان ڪوشش ذريعي ايڊز بابت ڪيترائي اهڙا پهلو سامهون ايندا جن سان ماڻهن کي فائدو ٿي سگهي ٿو.□

باقي: ايڊز چهره بہ چهره

بڻيو اٿس. ان عرصي دوران يوگينڊا ۾ 18 لک ماڻهو ايڊز هٿان موت جو سٽيو گرھ بڻيا آهن ۽ 17 لک ٻار پنهنجي مائرن يا پيئرن يا ٻنهي کان محروم ٿي چڪا آهن. هن وقت يوگينڊا ۾ اهڙن يتيم ٻارن جو تعداد دنيا ۾ سڀ کان وڌيڪ آهي.

يوگينڊا جي اها دکدائڪ ڪهاڻي سڄي آفريڪا کنڊ ۾ ورجائي پئي وڃي. سڄي دنيا ۾ ايڊز جي متاثر هڪ ڪروڙ چاليھ لک ماڻهن مان هڪ ڪروڙ ڏھ لک آفريڪي آهن. انهن مان چوٿون حصو ٻارن جو آهي. رڳو 1998ع ۾ 20 لک آفريڪي مردن عورتون ۽ ٻار ايڊز وگهي مارجي ويا. روزانو 5,500 ڪن آفريڪين کي قبر پيڙو ڪيو ٿو وڃي، اهي سمورا ايڊز جا مريض آهن.

اسان مان ڪوبہ ايچ آءِ ويءَ جي تباهين جو درست ڪاٿو نٿو لڳائي سگهي پر هيل تائين ڪجھ دل ڌڙڪائيندڙ حقيقتون سامهون اچي چڪيون آهن. نوجوان، خاص طور تي عورتون ان وبا جو خاص نشانو آهن. دنيا ۾ روزانو ست هزار جوان عورتون ۽ مرد ان بيماري جو شڪار ٿي رهيا آهن ۽ 15 سالن کان گهٽ ڄمار جا 600 ٻار روزانو ان مرض جو شڪار بڻجن ٿا.

(يوگينڊا جي محنت ۽ سماجي ترقيءَ واري وزير جينيٽ ڪلوايا جي لکٽيءَ تان ورتل)

انڊونيشيائي عورتن ۾ ايڊز

راڻي رچمني موئيدارتا

انڊونيشيا ۾ اهڙين عورتن جي تعداد ۾ تيزيءَ سان اضافو ٿئي پيو، جيڪي اڻڄاڻائي ۽ بي خبريءَ ۾ ايڊز جي موتمار مرض ۾ مبتلا ٿي چڪيون آهن، اها ڌار ڳالهه آهي ته هو ڪنهن به قسم جي جنسي بي راهه روي يا غيراخلاقي سرگرميءَ ۾ ڪڏهن به ملوث نه رهيون آهن. اهي عورتون پنهنجي مڙسن جون وفادار ٿين ٿيون ۽ ظاهري طور تي هڪ صاف سٿري، صحتمند زندگيءَ جو مزو ماڻينديون نظر اچن ٿيون، پر انگن اکرن ۾ ظاهر ٿئي ٿو ته وفاداري ۽ پاڪبازيءَ هوندي به اهي عورتون جنسي مرضن ۽ ايڊز جي ماري جو شڪار ٿي رهيون آهن.

عالمي صحت تنظيم موجب سڄي دنيا ۾ ايڊز جي سامهون ايندڙ بالغ مريضن مان اڌ تعداد عورتن جو آهي. گذريل سال دوران سڄي دنيا ۾ ڏهن لکن کان وڌيڪ عورتن کي ايڊز جو مرض لڳو جڏهن ته مجموعي طور تي اهو تعداد سٺ کان اسي لک جي لڳ ڀڳ آهي. ڪاٿو آهي ته 2000ع تائين اهو تعداد ڏيڍ ڪروڙ عورتن تائين پهچي ويندو.

انڊونيشيا ۾ سيپٽمبر 1995ع تائين ايڊز جا 348 واقعا ريڪارڊ تي اچي چڪا هئا، انهن مان وڌي اڪثريت (58 سيڪڙو) کي اهو مرض مخالف جنس کان لڳو. جيتوڻيڪ ايڊز جي مريض عورتن جو تعداد مردن جي ڀيٽ ۾ اڌ آهي، پر مستقبل ۾ ان تعداد ۾ واڌ جو خدشو ظاهر ڪيو پيو وڃي. ان جو سبب اهو آهي ته ايڊز ۽ جنسي بيمارين وچ ۾ گهرو تعلق ٿئي ٿو. انڊونيشيائي عورتن ۾ جنسي بيماريءَ جي شرح تمام گهٽي آهي، تنهن ڪري ماهرن جو خيال آهي ته اهڙن مرضن ۾ ورتل عورتون وڌيڪ تيزيءَ سان ايڊز جي جرثومن جو شڪار ٿي سگهن ٿيون. خاص طور تي اُهي عورتون جيڪي پنهنجو پاڻ کي ايڊز يا ڪنهن ٻي جنسي بيماري کان محفوظ سمجهن ٿيون.

انڊونيشيا آباديءَ جي لحاظ کان سڀ کان وڏو اسلامي ملڪ آهي. ان جي آبادي 19 ڪروڙ کن آهي. مسلم ملڪ هئڻ جي ناتي انڊونيشيا جو ماحول ۽ معاشرو پاڪستان سان ملندڙ جلندڙ آهي.

هيءَ مضمون انڊونيشيا جي هڪ خاتون جي تفصيلي مضمون تان ورتو ويو آهي. جيڪو اُتي ايڊز جي صورتحال بابت آهي. پاڪستان ۾ تعليم جي گهٽتائي، عورتن تي غيرضروري پابندين ۽ سماجي روايتن سان گڏوگڏ ان قسم جي تحقيق لاءِ مناسب ماحول نہ هئڻ سبب هتي عورتن ۾ ايڊز جي صورتحال جو اندازو لڳائڻ ڏکيو آهي. بهرحال انڊونيشيائي عورتن جي حوالي سان لکيل هن مضمون ۾ اسين پنهنجو چهرو ڏسي سگهون ٿا.

جڪارتا ۽ اوله جاوا جي ڇئن ضلعن ۾ ڪيل هڪ تحقيق دوران پتو لڳي ٿو تہ انهن علائقن جي 40 کان 60سيڪڙو عورتن کي، جيڪي ٻار ڄڻڻ لائق هيون، ڪونہ ڪو جنسي مرض لڳل هو پر ڪين ان بابت پتو ئي نہ هو. انهن مان اڪثر کي اهي بيماريون سندن مڙسن مان لڳيون هيون. ڪيترين کي جنسي بيمارين ۾ تفاوت ڪرڻ بہ نٿي آيو ۽ ڪين اهو پتو ئي نہ هو تہ ڪهڙي مرض جون ڪهڙيون علامتون آهن.

ساڳي نوعيت جي هڪ ٻي تحقيق ۾، جيڪا جڪارتا ۽ باليءَ جي ڳهٽ ۽ وچولي آمدني وارين عورتن ۾ ڪئي وئي، انڪشاف ٿيو تہ ٻار ڄڻڻ واري صحت مرڪزن سان لھ وچڙ ۾ ايندڙ 60 کان 70 سيڪڙو عورتون ٻار ڄڻڻ وارن عضون کي متاثر ڪندڙ ڪنهن نہ ڪنهن جنسي

ڪجھ عورتن کي پنهنجي مرض جو پتو هوندو آهي، پر پوءِ بہ انهن کي لڪائڻ جي ڪوشش ڪنديون آهن. ان جو سبب اهو آهي تہ انڊونيشيا ۾ انهن بيمارين کي "خراب" سمجهيو ويندو آهي.

بيماريءَ جو شڪار هيون. ايتري وڏي تعداد ۾ عورتن جو جنسي بيمارين ۾ ڦاٿل هئڻ ان خطري جي علامت آهي تہ انڊونيشيا ۾ ايڊز جو مرض تمام گهڻو تيزيءَ سان پکڙجي سگهي ٿو.

عام طور تي عورتن کي ٻار ڄڻڻ وارن عضون جي بيمارين بابت پتو ئي نہ هوندو آهي ۽ ڪنهن قسم جي علامت ظاهر نہ ٿيڻ سبب هو پنهنجو پاڻ کي تندرست سمجهنديون آهن. ٻئي پاسي اهڙين بيمارين جي هڪ عام سڃاڻپ، غيرمعمولي اڇي مادي جو اخراج هوندو آهي، پر عورتون ان کي گهٽي اهميت نہ ڏينديون آهن ۽ ان کي خطرناڪ مرض نہ ليکينديون آهن. سندن خيال ۾ عورتن سان ائين ٿيندو رهندو آهي. ٻي پاسي ڪجھ عورتون ان کي پنهنجي خوراڪ ۾ شامل ڪجھ جزن جو نتيجو سمجهنديون آهن. اڪثر عورتون ان جو علاج ٽوٽڪي ڦيٽي يا گاھ ٻوٽيءَ سان ڪرڻ جي ڪوشش ڪنديون آهن. ان دوران هو اها حقيقت مڪمل طور تي نظرانداز ڪري ڇڏينديون آهن تہ ڪين اها

بيماري مڙس کان لڳي آهي ۽ جيئن ته ان جو تعلق جنسي عمل سان آهي، تنهن ڪري هو ٻئي هڪ ٻئي کي بيماريءَ جا خطرناڪ اثر منتقل ڪندا ٿا رهن.

ڊاڪٽرن موجب ڪجھ عورتن کي پنهنجي مرضن جي ڄاڻ هوندي آهي، پوءِ به هو انهن کي لڪائينديون آهن. ان جو سبب اهو آهي ته انڊونيشيا ۾ انهن بيمارين کي خراب ليکيو ويندو آهي ۽ جيڪڏهن ڪا عورت انهن جو شڪار ٿي پوي ته ڪيس آواره ۽ بدچلن سمجهيو ويندو آهي. ٻئي پاسي جيئن ته اهي بيماريون عورتن جي خاص عضون سان تعلق رکنديون آهن، تنهن ڪري انهن جو ٻئي ڪنهن سان ذڪر نه ڪنديون آهن.

صورتحال ۾ وڏيڪ خرابي طبي ماهرن جي لاتعلقيءَ سان به ٿي رهي آهي. ڪيترائي ڊاڪٽر پنهنجي مريض کي مڪمل صورتحال کان واقف ٿا ڪن ۽ خطرناڪ علامتن کي به معمول موجب سڏين ٿا، جنهن جي نتيجي ۾ عورتون وڏيڪ متاثر ٿينديون ٿيون رهن، ٻئي پاسي جنسي مرضن جو بنياد ڳولهڻ بدران ڊاڪٽرن ۾ اينٽي بايوٽڪ دوائن جي استعمال جو رواج وڌي رهيو آهي. ٻار ڄڻڻ جي عضون جي مرضن لاءِ هو جديد اينٽي بايوٽڪ لکي ٿا ڏين، جنهن جا اڳتي هلي خطرناڪ نتيجا نڪرن ٿا.

انڊونيشيا ۾ اڪثر عورتون روايتن جي پاسداري ڪن ٿيون، ان ڪري مڙس جي اطاعت، رضامندي ۽ دل جوئي سندن بنيادي فرض ٻڌيل آهي. ڪين پنهنجي ڳالھ ميڙائڻ ۽ بحث ڪرڻ جي اجازت ناهي. معاشري ۾ انهن عورتن کي ئي سٺو ليکيو ويندو آهي، جيڪي خدمت گذار ۽ وفادار هجن. انهيءَ خدمت گذاري سبب اڪثر عورتون ايڊز ۽ ايچ آءِ وي جي خطرن کان اڻڄاڻ رهن ٿيون. ان ڪري جيڪڏهن ڪنهن کي به ايڊز ٿي پوي ته پوءِ سندس اڻڄاڻائي ئي سندس سماجي ٻائيڪاٽ ۽ مصيبتن جو سبب بڻجي ٿي. ڪيترين ئي عورتن کي پتو ئي ناهي ته ڪنڊوم ڇا آهي ۽ ايڊز کان ڪيئن بچي سگهجي ٿو. ڪيترين جي لاءِ ته اهو سوچڻ ۽ اندازو لڳائڻ به ڏکيو آهي ته ڪين ايڊز ڪيئن لڳو. ڪيتريون ئي عورتون پنهنجي مڙسن کي ذميوار ليکڻ بدران پنهنجو پاڻ کي ان جو ذميوار سمجهن ٿيون.

انڊونيشيائي ڳوٺن مان ڪيترائي بيروزگار مرد ڪمائڻ لاءِ ملائيشيا ويل آهن، جتان هو پئسن سان گڏ ايڊز به آڻين ٿا.

ٻئي پاسي مردن کي هر قسم جي سرگرمين جي اجازت آهي ۽ هو گهر کان ٻاهر آزاديءَ سان جنسي بي راه رويءَ ۾ ملوث ٿي سگهن ٿا. جيڪڏهن ان دوران ڪين ڪا جنسي بيماري يا ايڊز لڳي پوي ته سندن زالون اهڙن مرضن جو پهريون شڪار بڻجن ٿيون. هڪ تحقيق موجب اڪثر زالن کي سندن مڙسن جي گهر کان ٻاهر وارين سرگرمين جو ڪو پتو نه هوندو آهي ۽ ڪيترين کي ته اهو پتو به نه هوندو آهي ته سندن مڙس جو روزگار ڇا آهي. جيتوڻيڪ هاڻ عورتن ۽ مردن وچ ۾ جنسي موضوعن تي نسبتا وڏيڪ سهولت سان ڳالھ ٻولھ ٿيڻ لڳي آهي، پر اجا تائين گهرن ۾ مڙسن جو حڪم هلي ٿو. جنسي معاملن تي ڳالھ

ٻولھ ۾ بہ عورتون اطاعت جو مظاھرو ڪن ٿيون ۽ پنھنجي ضرورت بدران مڙس جي تسڪين کي ترجيح ٿيون ڏين. ڪنڊوم فقط ڪٿنبي رٿابندي لاءِ استعمال ٿئي ٿو.

غربت بہ عورتن ۾ ايڊز جي اضافي جو ھڪ وڏو سبب آھي، انڊونيشيائي ڳوٺن مان ڪيترا ئي مرد ڪمائڻ لاءِ ملائيشيا ويل آھن، جتان واپسيءَ تي ھو پئسن سان گڏوگڏ ايڊز بہ آڻين ٿا. اھي بيماريون انڊونيشيائي ڳوٺاڻي عورتن لاءِ قبولڻ جوڳيون آھن، جن کي ھو ”مسافرن جون بيماريون“ سڏي معمول جي ڳالھ ليکين ٿيون. ھتي ڪنڊوم جو واحد تحفظ بہ گھڻو مقبول ناھي. عورتن جو چوڻ آھي تہ ڪنڊوم استعمال ڪرڻ سان مردن کي سرو ٿئي ٿي ۽ جيڪڏھن ھو ڪنڊوم استعمال ڪنديون تہ مرد کائن جلدي بيزار ٿي پوندا. اھي عورتون رڳو مردن جي تسڪين جو خيال رکن ٿيون ۽ ڪين پنھنجي ضرورتن جو ادراڪ بنھ ڪونھي.

انڊونيشيا ۾ ڪٽنبي رٿابندي ۽ ٻار ۽ ماءُ جي صحت جا ٻہ پروگرام ھلي رھيا آھن، پر مڙسن کان جنسي بيماريون وصول ڪندڙن ۽ زناني بيمارين جي شڪار عورتن لاءِ وڏيڪ سھوليتون ناھن. انيڪ عورتون علاج کان محروم ٿيون رھن ۽ ڪين بيمارين بابت ڄاڻ فراھم ڪرڻ جو ڪو تڪڙو ۽ اثرائتو رستو ناھي. ڳوٺاڻن علائقن ۾ سماجي حالتن ۽ صحت جي سھولتن جي ابتڙ سرشتي سبب عورتون جنسي بيمارين جي علاج لاءِ صحت مرڪزن سان لھ وچڙ ۾ نٿيون اچن. پنھنجي ڪيفيت ٻڌائڻ لاءِ ڪين ليڊي ھيلٿ ورڪر ميسر ناھي، ان ڪري مردن کان علاج ڪرائڻ بدران ھو بيمار رھڻ کي ترجيح ٿيون ڏين. صحت مرڪزن ۾ اھڙا ڪمرا نہ ھوندا آھن، جتي عورتون رازداريءَ سان پنھنجي جنسي بيمارين بابت پنھنجي معالج کي ٻڌائي سگھن. ان کان سواءِ سماجي لعن تعن سبب بہ عورتون پنھنجا جنسي مرض لڪائين ٿيون. ان کان پوءِ بيماريءَ جا خرچ، اچ وڃ، ننڍا ٻار، گھريلو ذميواريون ۽ فاصلا بہ عورتن جي علاج جي راھ ڪوتي ڪن ٿا. بدقسمتي سان اڪثر عورتن جو اھو بہ خيال آھي تہ جيئن تہ ھو عورتون آھن ان ڪري بيماري سندن ڀاڳ آھي.

وچولي طبقي جي عورتن جي حالت بہ گھڻي بھتر ناھي. اُھي عورتون جيڪي معاشي طور تي پنھنجي مڙسن تي انحصار ڪن ٿيون، سي پنھنجي ضرورتن لاءِ وڌيڪ زور ڀرڻ جي حيثيت ۾ نہ ھونديون آھن. ھو پنھنجي حيثيت تي مطمئن رھن ٿيون ۽ رڳو پنھنجي مڙسن کي خوش ڪرڻ چاھين ٿيون تہ جيئن ان سماجي مرتبي کان محروم نہ ٿين، جيڪو سندن مڙسن ڪري ڪين حاصل آھي. ٿي سگھي ٿو تہ ڪين گھر کان ٻاھر پنھنجي مڙسن جي جنسي سرگرمين ۽ بيمارين جي لڳڻ جو پتو بہ ھجي، پر ھو پوءِ بہ چپ ٿيون رھن.

انڊونيشيا ۾ ايڊز ۽ ايچ آءِ وي جي خطري جو مقابلو ڪرڻ لاءِ روايتن ۽ قدرن جي پوئواري کي بھترين حڪمت عملي ليکيو ٿو وڃي. ان تحت ماڻھن کي مذھبي ۽ سماجي پابندين تي پورو لھڻ لاءِ چيو ٿو وڃي. پر اھو طريقو اجا تائين ڪو گھڻو ڪامياب نہ ٿيو آھي. ڪجھ انڊونيشيائي عورتن ۾ ھاڻ اھو احساس وڌي رھيو آھي تہ عورتن کي فيصلي جي آزادي ملڻ گھرجي تہ جيئن ھو پنھنجو پاڻ کي ايڊز ۽ ٻين جنسي بيمارين کان محفوظ رکي سگھن. (تفصيلي مضمون تان ورتل) ☐

مشوري کان سواءِ ايڊز جي چڪاس

ايڊز جي چڪاس بابت رازداري انتهائي ضروري آهي، ان ڌس ۾ اهو ضروري آهي ته مريض کي سندس مرضيءَ کان سواءِ ڪجهه به نه ٻڌايو وڃي.

ڊاڪٽر سيد عبدالمجيب

پڙهيه مان تعليم پرايل هڪ پاڪستاني انجنيئر کي هڪ گهڻ قومي اداري ۾ هڪ اعليٰ نوڪري ملڻ لڳي. معمول واري طبي معائني ۽ ٽيسٽ وغيره دوران سندس رت ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز جي وائرس جي به چڪاس ٿي. شروعاتي جاچ ۾ سندس رت ۾ ان وائرس جي موجودگيءَ جو پتو لڳو پر وڌيڪ چڪاس ۾ ان جي توثيق نه ٿي.

ان طبي چڪاس کان هڪدم پوءِ کيس نوڪريءَ لاءِ نااهل قرار ڏنو ويو. ان صدمي وگهي هو شديد ڊپريشن جو شڪار ٿي ويو. پائرن پينرن جي زور پرڻ تي هو هڪ ٻئي ڊاڪٽر سان له وچڙ ۾ آيو، معائني ۽ ٽيسٽ کان پوءِ پتو لڳو ته پهريان ٽيسٽ غلط هئا ۽ سندس ايڊز جو شڪار هئڻ جي ڳالهه درست نه هئي.

ساڳيءَ ريت هاڪيءَ جي هڪ اُپرنڌڙ ناهوڪي رانديگر هڪ مريض کي پنهنجو رت ڏنو، بعد ۾ کيس ٻڌايو ويو ته جيئن ته سندس رت ۾ ايچ آءِ وي وائرس موجود آهي تنهن ڪري سندس رت مريض کي نٿو ڏئي سگهجي. ان جي وڌيڪ جاچ ڪرڻ کان سواءِ اهو نوجوان به سخت ڊپريشن جو شڪار ٿيو، هن هاڪي کيڏڻ ۽ ماڻهن سان ملڻ جلڻ ڇڏي ڏنو ۽ ڪٽنبي معاملن ۾ سندس دلچسپي ختم ٿي وئي، ڪو سال کن کان پوءِ پتو لڳو ته سندس رت ۾ ايچ آءِ وي وائرس هوئي ڪو نه.

هڪ وڏي ڄمار جي عورت جي مڙس ۾ ايڊز جي موجودگيءَ جو پتو لڳڻ کان پوءِ سندس رت ۾ ايچ آءِ وي جي جاچ ڪرڻ تي انڪشاف ٿيو ته هوءَ بلڪل محفوظ آهي. ان عورت کي ”ونڊو پيريڊ“ مڪمل ٿيڻ کان اڳ ئي محفوظ قرار ڏنو ويو. ان عورت پنهنجي مڙس جي موت کان پوءِ پاڻ کي محفوظ سمجهندي ٻي شادي ڪئي ۽ ڳورهاري ٿي پئي. هاڻ پتو لڳو ته هو ايڊز جي شڪار آهي ۽ ڪائنس اهو مرض سندس ٻي مڙس ۽ ٻار کي به لڳي سگهي ٿو. اهو ئي سبب آهي جو ايچ آءِ وي چڪاسن ۾ انهن خامين ۽ پيچيدگين سبب عالمي صحت تنظيم سفارش ڪئي آهي ته ايچ آءِ وي جا سمورا ٽيسٽ تربيت ورتل، تجربيڪار ۽ انتهائي قابل فردن کان

ڪرائڻ گهرجن. ان لاءِ انتهائي قابل اعتماد سامان استعمال ڪرڻ سان گڏوگڏ ٽيسٽ کان اڳ ۽ پوءِ مشورو ڏيڻ گهرجي. ڪامياب ۽ بامقصد مشوري لاءِ هيٺين ڳالهين تي ڌيان ڏيڻ ضروري آهي:

رازداري

ايڊز جي چڪاس بابت رازداري انتهائي اهم آهي، ان ڏس ۾ ضروري آهي ته مريض جي پنهنجي مرضيءَ کان سواءِ ڪجهه به نه ٻڌايو وڃي.

پذيرائي ۽ اهميت

ٽيسٽ ڪرائيندڙ سمورن ماڻهن کي ڊاڪٽرن طرفان مڪمل پذيرائي ملڻ گهرجي يعني سندن طرز حيات، جنسي رجحانن، سماجي، معاشي، نسلي يا مذهبي پس منظر ۽ پهلوئن جو لحاظ ڪرڻ کان سواءِ ڪين ڪنهن فرق کان سواءِ اهميت ڏيڻ گهرجي.

ٽيسٽ کان اڳ وارو مشورو

ٽيسٽ کان اڳ ٻن ڳالهين جو خيال رکڻ تمام گهڻو ضروري آهي.

ذاتي حالتن ۽ ڪيفيتن جي مڪمل تفصيل ۽ ان خطري جو اندازو لڳائڻ ته ٽيسٽ ڪرائيندڙ شخص کي ان مرض ۾ مبتلا ٿيڻ جو خطرو آهي يا هو ان ۾ مبتلا ٿي چڪو آهي.

گهوٽالي يعني مرض جي شدت جي صورت ۾ مريض کي ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت ڄاڻ حاصل هئڻ کان سواءِ ڊاڪٽر کي به ان مرض بابت اڳيئي تجربو حاصل هئڻ گهرجي.

خطري جو اندازو

اهو اندازو لڳائڻ کان پوءِ ته ايچ آءِ وي ڪَنهن ۾ سرايت ڪري چڪي آهي، ان مرد/ عورت جي زندگيءَ جي هيٺين پاسن کي آڏو رکڻ گهرجي:

جنسي رويي يا عمل جي نوعيت ۽ ان جي تعداد يا رفتار، ڪنهن نشي واري دوا جي عادت ۽ رڳن ذريعي سوئي سان ان جو استعمال.

ماضيءَ ۾ رت جي جسم ۾ منتقليءَ جا تفصيل، جنسي عمل ۾ شامل هڪ ٻيري کان وڌيڪ ساٿين جي عادت ۽ رويي کان سواءِ سندن ميڊيڪل هسٽري.

نفسياتي پهلوئن جو ڪاٿو ۽ ڄاڻ

ان چڪاس جي خواهش ڇو ظاهر ڪئي پئي وڃي؟

مريض جا ڪهڙا خاص رويا، عمل ۽ علامتون سندس ڳڻتيءَ جا سبب بڻيل آهن؟ ڇا مريض (مرد/ عورت) کي اهو اندازو آهي ته ٽيسٽ جي منفي يا مثبت نتيجي نڪرڻ تي سندس ردعمل ڇا ٿيندو؟

ايچ آءِ وي جي منتقليءَ بابت مريض ڇا ٿو ڄاڻي ۽ ڇا ڪيس ان جي ڪري پيدا ٿيندڙ خطري جو پتو آهي؟ ڪيس ڪٽنب، دوستن ۽ ٻين ماڻهن وٽان جذباتي ۽ سماجي مدد ملي سگهندي؟

ڇا مريض ان کان اڳ به اهڙو ٽيسٽ ڪرايو آهي؟ جيڪڏهن ها ته ڪڏهن ۽ ڪنهن کان ۽ ڇو ڪرايو، ان جو نتيجو ڇا نڪتو هو؟

مريض کي مشورو ڏيڻ جي شروعاتي مرحلي ۾ مريض سان ڳالهه ٻولهه ڪري اهو اندازو به لڳائڻ گهرجي ته هو ٽيسٽ جي منفي ۽ مثبت نتيجي بابت ڇا ٿو ڄاڻي ۽

سندس روبي ۾ تبديلي سان مرض جي انفيڪشن ۽ ٻين ۾ ان جي منتقليءَ جا امڪان ڪيتري حد تائين گهٽ ڪري سگهجن ٿا. ٽيسٽ کان اڳ مشوري ۾ اهو به ضروري آهي ته مريض کي ٻڌايو وڃي ته ٽيسٽ جا هاڻوڪا طريقا يقيني ۽ قطعي طور تي درست نٿا ٿين. ڪڏهن ڪڏهن غلط نتيجا به سامهون اچي سگهن ٿا. جيڪڏهن پهريون ٽيسٽ مثبت هجي ته ضمني ٽيسٽ وڌيڪ اعتماد جوڳا ثابت ٿين ٿا. اهو ضروري آهي ته مريض کي اهي سمورا حق کليءَ ريت ٻڌايا وڃن ۽ کيس ونڊو پيريڊ بابت ٻڌايو وڃي ته ان مرحلي دوران ڪيل ٽيسٽ ۽ چڪاسون مريض ۾ انفيڪشن هئڻ يا نه هئڻ بابت ڪا قطعي ڳالهه نٿيون ڪري سگهن.

ٽيسٽ کان پوءِ وارو مشورو

ان جو دارومدار ٽيسٽ جي نتيجي تي ٿئي ٿو. جيڪو منفي به ٿي سگهي ٿو ته مثبت به.

منفي نتيجو

منفي نتيجي جي صورت ۾ احتياط سان ڳالهه ٻولهه ڪرڻ انتهائي اهم ۽ ضروري آهي، اهو ڄاڻي ته مريض ان وائرس کان محفوظ آهي، متس سُرهائي جي ڪيفيت طاري ٿي سگهي ٿي پر ان ڏس ۾ هيٺين ڳالهين تي زور ڏيڻ ضروري آهي:

جهڙي ريت اڳي چيو ويو آهي ته ايچ آءِ ويءَ جي جسم ۾ داخل ٿيڻ کان پوءِ ونڊو پيريڊ ۾ ٿيندڙ ٽيسٽ ڀروسي جوڳا نه هوندا آهن. اڪثر صورتن ۾ ضروري هوندو آهي ته انفيڪشن کان پوءِ گهٽ ۾ گهٽ ٽي مهينا گذرن. ان کان پوءِ ئي ان ٽيسٽ جي درست هئڻ تي يقين ڪري سگهجي ٿو، يعني اهو چئي سگهجي ٿو ته مريض ايچ آءِ وي کان محفوظ آهي. بهتر ته اهو ٿيندو ته ڇهه مهينا گذرڻ کان پوءِ ٽيسٽ ڪرائجي ۽ ان جي منفي رپورٽ کي وڌيڪ معتبر ليکجي.

ايچ آءِ وي انفيڪشن کان وڌيڪ بچڻ لاءِ اهو ضروري آهي ته مريض انهن سمورين سرگرمين کان پرهيز رهي جن سان اهو وائرس جسم ۾ داخل ٿي سگهي ٿو.

اهو به ضروري آهي ته مريض کي اهو وائرس ڪنٽرول ڪرڻ ۽ ان کان بچڻ بابت سموري ڄاڻ ڏني وڃي ۽ کيس مثبت صحتمند عادتون اختيار ڪرڻ جون تدبيرون به ٻڌايون وڃن.

مثبت نتيجو

مثبت نتيجو هئڻ جي صورت ۾ مريض کي ان جي جلد کان جلد ڄاڻ ڏجي، ان ڏس ۾ پهريون مشورو يا ملاقات بلڪل نجي هئڻ گهرجي ۽ ان سلسلي ۾ مڪمل رازداري رکي وڃي. مريض کي اهو صدمو سهڻ لاءِ وقت به ڏنو وڃي. شروعاتي مرحلو گذرڻ کان پوءِ جنهن ۾ مريض ذهني طور تي ان وائرس جي اثرن جو مقابلو ڪرڻ لاءِ تيار ٿي وڃي کيس مرض بابت صاف ۽ کليل انداز ۾ سموريون ڳالهيون ٻڌائجن، کيس چڪاس جي اهميت بابت ڪئي تفصيلن جي فراهمي انتهائي ضروري آهي. □

عورتون ۽ ايڊز

ايڊز جي خطري کي
سمجهڻ ۽ ان کان
محفوظ رهڻ بابت
عورتن لاءِ هڪ
خاص مضمون.

هن خاص ڪتاب جو هيءُ حصو هسپيرين فائونڊيشن جي ڪتاب ”جتي عورتن لاءِ ڊاڪٽر ناهي.“ جي هڪ باب تان ورتو ويو آهي. ان ۾ تفصيل سان ٻڌايو ويو آهي ته ايچ آءِ وي/ ايڊز ڇا آهي؟ اها ڪيئن ۽ ڇو لڳي ٿي ۽ عورتون پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان ڪهڙي ريت بچائي سگهن ٿيون. جيڪڏهن ڪين ايڊز ٿي پوي ته هو ڊاڪٽر کان سواءِ پنهنجي سارسنڀال ڪيئن ڪري سگهن ٿيون. اسان جي علائقي ۾ سله هڪ اهڙي بيماري آهي جيڪا مردن جي ڀيٽ ۾ عورتن ۾ وڌيڪ ٿئي ٿي، ايڊز سبب سله جو خطرو وڌي وڃي ٿو. هن ڏگهي مضمون ۾ سله کان بچاءُ جا طريقا به بيان ٿيل آهن.

گهر جو ڪو فرد بيمار ٿي پوي ته ان جي سارسنڀال به عورت کي ڪرڻي ٿي پوي. هن مضمون ۾ ايڊز جي مريض جي سارسنڀال جا طريقا به ڏنا ويا آهن. اُميد آهي ته هيءُ مضمون خاص طور تي انهن عورتن لاءِ ڪارائتو ثابت ٿيندو جيڪي ڏورانهن علائقن ۾ رهن ٿيون، جتي طبي سهولتون نه هئڻ جوڳيون آهن.

سهيڙيندڙ

اوهان ايڊز بابت ڪجھ نہ ڪجھ ضرور ٻڌو هوندو، ريڊيو تان، بازار ۾ يا پاڙيسرياڻين کان ان جو ڪو ڏس پتو ضرور مليو هوندو. ممڪن آهي تہ اوهان سوچيو هجي تہ ايڊز اوهان جو مسئلو ناهي. هيل تائين لکين ماڻهو ايڊز وگهي اجل جو شڪار ٿي چڪا آهن انهن ۾ عورتن جو تعداد مردن جي ڀيٽ ۾ گهڻو وڌيڪ آهي.

پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان اوڏي مهل محفوظ رکي سگهجي ٿو جڏهن اهو ڄاڻجي تہ ايڊز ڇا آهي ۽ پوءِ پنهنجي گهر جي ڀاتين ۽ ساهيڙين کي ان بابت ٻڌائجي.

پنهنجا گهر ٻار ڇڏي ٻين هنڌن خاص طور تي شهرن ڏانهن لڏپلاڻ ڪرڻ تي مجبور ٿيندا آهن. ان صورت ۾ سماجي روايتون ٽٽن ٿيون ۽ نون ماڻهن سان جنسي تعلق عام ڳالهہ بڻجيو وڃي.

اها صورتحال عورتن لاءِ وڌيڪ خراب آهي. غريب عورتن کي پنهنجي زندگين تي تمام گهٽ اختيار هوندو آهي. رسمون، رواج ۽ قانون ڪين اڪثر تعليم پرائڻ، پنهنجي گذر سفر لاءِ هنر سکڻ ۽ پنهنجي جسم بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ کان جهلين ٿا.

اينتريون عورتون ايچ آءِ وي/ ايڊز جو شڪار ڇو پيون ٿين؟

ايڊز تيزيءَ سان دنيا جي انهن حصن ۾ پکڙجي رهي آهي جتي غربت وڌيڪ آهي ۽ ماڻهو پڙهيل ڳڙهيل ناهن، جتي ڪائڻ لاءِ ڪجھ نہ هجي، جنگ رهي هجي يا روزگار نہ هجي تہ ماڻهو وڏي تعداد ۾

ايچ آءِ وي ۽ ايڊز ڇا آهن؟

ايچ آءِ وي، هڪ اهڙو ننڍڙو وائرس آهي جيڪو نظر نہ ايندو آهي. جڏهن اهو وائرس انساني جسم ۾ داخل ٿي ويندو آهي تہ ايچ آءِ وي لڳل شخص ڪجھ عرصي اندر ايڊز جو مريض بڻجي ويندو آهي.

ايچ آءِ وي

جڏهن ڪو شخص ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيندو آهي ته ان جو وائرس جسم جي ان مدافعتي سرشتي تي حملو ڪندو آهي جيڪو جسم کي بيمارين کان بچائيندو. ايچ آءِ وي وائرس حفاظتي سرشتي جي خلين کي آهستي آهستي ختم ڪندو آهي، جنهن جي ڪري جسم ۾ مختلف جراثيمن کان بچاءُ جي سگهه ختم ٿي ويندي آهي. ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيڻ کان پوءِ انسان ٿورڙا ڏينهن ئي پنهنجو پاڻ کي تندرست محسوس ڪندو آهي پر ڪيترائي ماڻهو ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيڻ جي 5 کان 10 سالن تائين تندرست محسوس ڪندا ۽ نظر ايندا آهن. پر آخرڪار جسم اندر اُهي خليا ختم ٿي ويندا آهن جيڪي بيمارين کان بچائين ٿا ۽ عام حالتن ۾ بيمار ٿيڻ نٿا ڏين. جيئن ته ايچ آءِ وي انسان کي بيمار ڪرڻ ۾ ڪيترائي سال لڳائي ٿي تنهن ڪري ايچ آءِ وي لڳل ماڻهو به پنهنجو پاڻ کي تندرست سمجهندا آهن ۽ کين پتو ئي نه هوندو آهي ته هو ان خطرناڪ بيماريءَ جو شڪار ٿي چڪا آهن.

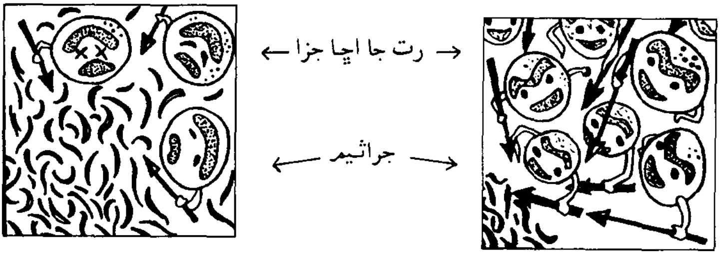
ضروري ڳالهه: ايچ آءِ وي کان متاثر

خاموش قاتل

ايڊز هڪ اهڙي بيماري آهي جيڪا خاموشيءَ سان جنم وٺندي آهي ۽ ڳجهه ڳوهه ۾ وڌندي آهي. ايڊز جي تيزيءَ سان وڌڻ جو سبب اهو آهي ته ماڻهو ان بابت کلئي عام نٿا ڳالهائين. آءٌ ايڊز تي ان ڪري ڳالهائڻ چاهيان ٿي جو منهنجا ۽ اوهان جا ٻار ان کان محفوظ رهي سگهن، کين بلوغت واري زندگي گذارڻ کان اڳ ايڊز بابت ضروري ڳالهيون خبر پون ۽ هو ان موضوع تي خيالن جي ڏي وٺ ڪرڻ لائق ٿي سگهن.

نورائن ڪابيلام يوگينڊا

ايڊز وگهي مرندڙ هڪ شخص جي بيواهه

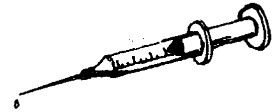


جسم ۾ رت جا اڇا جزا لکن جي تعداد ۾ ٿين ٿا جيڪي جراثيمن جو مقابلو ڪري بيمارين کان بچائين ٿا.

ايچ آءِ وي رت جي اڇن جزن کي ختم ڪري ڇڏيندي آهي. جنهن کان پوءِ رت ۾ جراثيمن جو مقابلو ڪرڻ وارا جزا تمام ٿورڙا رهجي ويندا آهن، جيڪي بيمارين جو مقابلو نه ڪري سگهندا آهن اهوئي مرحلو هوندو آهي جڏهن ماڻهو ايڊز جو شڪار ٿيندو آهي.

ايچ آءِ وي/ ايڊز ڪيئن پکڙجي ٿي؟

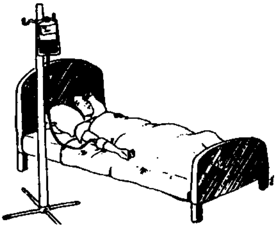
ايچ آءِ وي متاثر ٿيل جسم جي رطوبتن جهڙوڪ رت، مني يا عورتاڻي عضوي جي مادن ۾ جيئرو رهي ٿي. اهو وائرس انهن رطوبتن ذريعي متاثر ٿيل شخص کان ڪنهن ٻئي جي جسم ۾ داخل ٿيندو آهي ته ان کي به متاثر ڪندو آهي. ان جو مطلب اهو ٿيو ته ايچ آءِ وي/ ايڊز هيٺين طريقن سان پکڙجي ٿي:



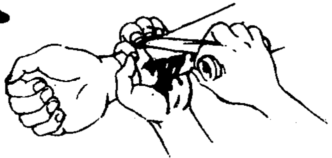
اڻ صاف ٿيل سوئي، سرنج يا انساني جسم چيد ڪرڻ يا ڪپڻ جا اوزار.

اهڙي فرد سان غيرمحفوظ جنسي تعلق رکڻ سان جيڪو ايچ آءِ وي کان متاثر هجي.

متاثر ٿيل ماءُ کان ٻار کي حمل، پيدائش يا ٿڃ ذريعي.



مريض کي لڳندڙ رت ذريعي، جيڪڏهن ملندڙ رت ايچ آءِ وي کان محفوظ هئڻ جي تصديق ڪندڙ چڪاس کان سواءِ ڏنو وڃي.



متاثر ٿيل شخص جو رت ڪليل زخم يا رهڙ ذريعي ڪنهن ٻئي شخص جي جسم ۾ داخل ٿيڻ سان.

ٿيل شخص کي اها بيماري ڪنهن ٻئي فرد کان لڳي سگهي ٿي. ڪنهن شخص کي رڳو ڏسڻ سان اهو نٿو چئي سگهجي ته هو/ هوءَ ايچ آءِ وي لڳل آهي. رڳو ايچ آءِ وي ٽيسٽ ئي واحد طريقو آهي جنهن سان ان جي خاطري ڪري سگهجي ٿي.

ايڊز

ايڊز ان وقت ٿيندي آهي جڏهن جسم جو حفاظتي سرشتو ايترو ڪمزور ٿي چڪو هجي جو اهو عام بيمارين جو به بچاءُ نه ڪري سگهي، ان حالت يا ڪيفيت جون علامتون مختلف ماڻهن ۾ مختلف ٿين ٿيون

ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيڻ کان پوءِ جيستائين اوهان تندرست آهيو ان وقت تائين اوهان کي ايڊز ناهي.

۽ مردن جي پيٽ ۾ عورتن ۾ مختلف ٿي سگهن ٿيون. اڪثر اهو ٿيندو آهي ته انسان ڪنهن عام بيماريءَ ۾ مبتلا ٿئي ۽ اُها عام حالتن کان وڌيڪ عرصو رهي.

جسم ۾ بيماريءَ جو مقابلو ڪرڻ لاءِ سٺي خوراڪ ۽ ڪجهه دوائون مدد ڪنديون آهن جن جي ڪري مريض وڌيڪ عرصو جيئرو رهي سگهي ٿو پر ايڊز جو ڪو علاج ناهي. ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيندڙ شخص هر روز ڪنهن نئين بيماري جو شڪار ٿيندو آهي، ايستائين جو سندس جسم ايترو ڪمزور ٿي ويندو آهي جو سندس بچڻ ناممڪن ٿي پوندو آهي.

ايچ آءِ وي/ ايڊز ڪهڙي ريت نٿي پکڙجي؟

ايچ آءِ وي وائرس انساني جسم کان ٻاهر کليل فضا ۾ ڪجهه منٽن کان وڌيڪ جيئرو نٿو رهي سگهي. اهو پنهنجي سر پاڻي يا هوا ۾ جيئرو نٿو رهي سگهي. ان جو مطلب اهو ٿيو ته هيٺين طريقن سان نه ڪنهن کي ايچ آءِ وي لڳي سگهي ٿي ۽ نه وري منتقل ٿئي ٿي:

- ڪنهن سان گڏ سمهڻ سان
- گڏجي ماني کائڻ سان
- ڇُهڻ، چمي ڏيڻ يا ڀاڪر پائڻ سان
- ڪيڙي ماڪوڙي جي چڪ/ ڏنگ هڻڻ سان
- ايچ آءِ وي/ ايڊز جي مريض جي ٽهل ٽڪور ڪرڻ سان، سارسنڀال لهڻ سان
- ٻين جا ڪپڙا، ٽوال، چادرون وغيره استعمال ڪرڻ يا ڌوئڻ ۽ غسلخانو يا ڪاڪوس گڏيل طور تي استعمال ڪرڻ سان.

ايچ آءِ وي/ ايڊز عورتن لاءِ مختلف ڇو آهي؟

ايچ آءِ وي/ ايڊز عورتن لاءِ ان ڪري وڌيڪ خطرناڪ آهي جو:

- مردن جي مقابلي ۾ عورتون سولائي سان ايچ آءِ وي جو شڪار ٿين ٿيون ڇاڪاڻ جو مرد جي مني عورت جي مخصوص عضوي ۾ وڃي ٿي ته اُتي گهڻي دير تائين رهي ٿي. جيڪڏهن مرد جي منيءَ ۾ ايچ آءِ وي وائرس موجود آهي ته وائرس عورت جي مخصوص عضوي يا ٻچيدانيءَ جي منهن وسيلي سندس جسم ۾ داخل ٿي سگهي ٿو، زخم يا رهڙ اچڻ جي صورت ۾ وائرس جي منتقلي تمام گهڻي سولي ٿي ويندي آهي.
- مردن جي ڀيٽ ۾ عورتون ننڍي ڄمار ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز جو شڪار ٿين ٿيون، ان ڪري جو ننڍي ڄمار جون ڇوڪريون ۽ عورتون نه چاهيندي به غيرمحفوظ جنسي تعلق کان انڪار نٿيون ڪري سگهن.
- مردن جي ڀيٽ ۾ عورتن کي ويم جي پيچيدگين سبب وڌيڪ ڀيرا رت چاڙهيو ويندو آهي.
- ايچ آءِ وي لڳڻ کان پوءِ مردن جي ڀيٽ ۾ عورتون وڌيڪ تيزي سان ايڊز جو شڪار بڻجن ٿيون. اڻپوري خوراڪ ۽ ٻارن جي پالنا، عورتن ۾ بيمارين خلاف

مزاحمت جي سگهه کي ڪمزور ڪري سگهي ٿي.

- ايڊز جي پکڙجڻ جو الزام عورتن تي هنيو ويندو آهي. جڏهن ته مرد ان جا وڌيڪ نه ته به اوترا ذميوار ضرور هوندا آهن. اهي مرد ئي هوندا آهن جيڪي پئسن عيوض جنسي تعلق قائم ڪندا آهن جيڪو ايڊز پکڙجڻ جو هڪ عام ذريعو آهي.

- ايچ آءِ وي جي شڪار ٻورهاري عورت اهو وائرس پنهنجي ٻار ۾ منتقل ڪري سگهي ٿي.

- عورتون ئي گهر ۾ ايڊز جي ڪنهن مريض جي سارسنڀال لهڻ ٿيون پر جيڪڏهن پاڻ ايڊز جي مريض هجن ته به گهريلو ڪم ڪارين جي ذميواري سندن ئي هوندي آهي.

ونڊو پيريڊ

ونڊوپيريڊ مختلف ماڻهن لاءِ مختلف ٿيندو آهي. هيٺ هڪ مثال ڏنل آهي ته ڪنهن عورت لاءِ ونڊو پيريڊ ڪيترو ڏگهو هو.

1_ مرد ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيل هو، سندن وچ ۾ غيرمحفوظ جنسي تعلق هو، عورت به ايچ آءِ وي جي شڪار ٿي وئي.

2_ ٽن هفتن کان پوءِ عورت ايچ آءِ وي چڪاس ڪرائي ۽ نتيجو منفي آيو پر هوءَ ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيل هئي ۽ اهو وائرس ٻين ماڻهن کي منتقل ڪري پئي سگهي.

اِها عورت ونڊو پيريڊ مان لنگهي رهي هئي.

3_ نون هفتن کان پوءِ چڪاس جو نتيجو مثبت آيو.

4_

ايچ آءِ وي لڳل فرد سان جنسي تعلق ←	**ونڊو پيريڊ** ←	مثبت نتيجو

عورت جي جسم ۾ ايچ آءِ وي شامل ٿيڻ ۽ سندس رت ۾ اينٽي باڊيز ظاهر ٿيڻ جو وچيون عرصو ونڊو پيريڊ آهي.

ونڊو پيريڊ ڇهن مهينن تائين ٿي سگهي ٿو، ان ڪري بهتر ٿيندو ته ايچ آءِ وي خطري کان متاثر ٿيڻ کان پوءِ چڪاس ڪرائڻ کان اڳ تقريبا ڇهه مهينا انتظار ڪجي. جيڪڏهن شڪ هجي ته ڇهن مهينن جي ونڊو پيريڊ دوران ايچ آءِ وي لڳل فرد سان ٻيهر جنسي تعلق ٿيو آهي ته ان صورت ۾ ان تعلق جي ڇهن مهينن کان پوءِ هڪ ٻيرو ٻيهر ايچ آءِ وي چڪاس ڪرائڻ ضروري آهي.

ايڇ آءِ وي/ ايڊز کان بچاءُ

هيٺ ڏنل طريقن سان پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان بچائي سگهجي ٿو:
- هڪ ئي شخص سان جنسي تعلق رکجي، اهڙو شخص جيڪو رڳو اوهان سان ئي اهڙو تعلق رکي.
- جنسي عمل جا محفوظ طريقا اختيار ڪيا وڃن، اهڙا طريقا جن سان مرد جي منيءَ ۾ موجود جراثيم مخصوص عضوي، مقعد يا وات ۾ نه وڃي.
- جسم تي رنگ چٽ ڪڍڻ يا چمڙي کي اهڙين سوئين وغيره سان چير نه ڪجي جيڪي جراثيم کان پاڪ ڪيل نه هجن.
- هنگامي ضرورت کان سواءِ رت نه چاڙهجي.
- ٻين جا بليڊ يا ٽوٿ برش استعمال نه ڪجن.
- احتياطي تدبيرن کان سواءِ ڪنهن ٻئي جي رت يا زخم کي نه ڇهجي.

عورتون ۽ ڇوڪريون پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان محفوظ رکڻ جو حق رکن ٿيون، ان لاءِ ضروري آهي ته:
1- ايڇ آءِ وي/ ايڊز کان بچاءُ جا اُهي طريقا ٻڌايا وڃن جن تي کين اختيار حاصل هجي.
2- گهر ۽ معاشري ۾ فيصلو ڪرڻ جا وڌيڪ اختيار ڏنا وڃن.
3- تعليم حاصل ڪرڻ جا موقعا ڏنا وڃن.
4- پنهنجي ۽ ڪٽنب جي گذر سفر لاءِ کين هنر سکڻ جا موقعا مهيا ڪيا وڃن.
5- قانوني طور تي وڌيڪ حق ڏنا وڃن.

ايڇ آءِ وي ٽيسٽ

هلال احمر يا ريڊ ڪراس جي ويجهي مرڪز تي گهٽ معاوضي تي ان چڪاس جي سهولت ۽ مشورو ملي سگهي ٿو. ان ڏس ۾ نيشنل ايڊز پروگرام کان به ڄاڻ حاصل ڪري سگهجي ٿي ته ايڇ آءِ وي چڪاس جون سهولتون ڪٿي ميسر آهن. ان چڪاس جو نتيجو پندرهن ڏينهن کان پوءِ ملي سگهي ٿو.

ايڇ آءِ وي جي جسم ۾ داخل ٿيڻ کان پوءِ جسم اينٽي باڊيز ٺاهڻ شروع ڪندو آهي ته جيئن وائرس کان پنهنجو بچاءُ ڪري سگهي. عام طور تي اهي اينٽي باڊيز 4 کان 6 هفتن کان پوءِ رت ۾ ظاهر ٿيندا آهن. ايتري مقدار ۾ ٺهڻ کان پوءِ انهن کي 6 هفتا لڳندا آهن جو اهي چڪاس ۾ ظاهر ٿي سگهن. ايڇ آءِ وي لڳڻ ۽ رت ۾ اينٽي باڊيز ظاهر ٿيڻ واري وچئين عرصي کي Window Period سڏبو آهي.

ايڇ آءِ وي چڪاس وسيلي رت ۾ اينٽي باڊيز جو پتو لڳايو ويندو آهي، اهو ڪنهن شخص جي جسم ۾ ايڇ آءِ وي جي موجودگي ڄاڻڻ جو واحد طريقو آهي.

ايڇ آءِ وي چڪاس ڪڏهن ڪرائبي؟

ايڇ آءِ وي چڪاس سدائين اُن وقت ڪرائجي جڏهن:
- ان ۾ اوهان جي مرضي شامل هجي.
- چڪاس کان اڳ ۽ ان کان پوءِ ضروري مشورو ڪيو ويو هجي.
- رازداري رکي وئي هجي، اوهان ۽ جنهن کي اوهان چاهيو، کان سواءِ ڪنهن کي به ان جي نتيجي جي خبر نه پوي.

اهو ايڊز لاءِ ٽيسٽ ناهي

ايڇ آءِ وي ٽيسٽ جو نتيجو مثبت اچڻ جو مطلب اِهو آهي ته جسم ۾ ايڇ آءِ

ضروري ڳالهه ٽيسٽ منفي هئڻ جو مطلب اهو قطعي ناهي تہ ڪو ڪڏهن بہ ايچ آءِ وي کان متاثر نہ ٿيو. جيڪڏهن غير جنسي عمل ڪيو تہ ڪڏهن بہ ايچ آءِ وي لڳي سگهي ٿي، ان ڪري جنسي عمل جا محفوظ طريقا اختيار ڪجن.

وي موجود آهي ۽ جسم ان کان بچاءُ واسطي اينٽي باڊيز ناهي پيو. پنهنجو پاڻ کي تندرست محسوس ڪرڻ جي باوجود بہ اهو وائرس ڪنهن ٻئي کي منتقل ٿي سگهي ٿو.

ايچ آءِ وي جو نتيجو منفي اچڻ جو مطلب آهي تہ ٻن مان هڪ يا ٻئي ڳالهيون ٿي سگهن ٿيون تہ:

- اهو فرد ايچ آءِ وي جو شڪار ناهي.
- اهو بہ ممڪن آهن تہ هو/ هوءَ ايچ آءِ وي جو شڪار هجي پر سندس جسم اينٽي باڊيز جو اوترو مقدار نہ ناهيو هجي جيڪو مثبت ٽيسٽ لاءِ ضروري آهي (ممڪن آهي تہ "ونڊو پيرڊ" هلندڙ آهي.)

جيڪڏهن ڪنهن جو ايچ آءِ وي ٽيسٽ جو نتيجو منفي آهي پر ڪيس ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيڻ جو خدشو آهي تہ کيس ڪجهہ مهينن کان پوءِ ٻيهر اها چڪاس ڪرائڻ گهرجي. ڪجهہ صورتن ۾ مثبت نتيجو اچڻ جي باوجود ٻيهر چڪاس جي ضرورت هوندي آهي. صحت ڪارڪن فيصلو ڪرڻ ۾ مدد ڪري سگهي ٿو/ ٿي.

ايچ آءِ وي ٽيسٽ کان بہ وڌيڪ اهم ڳالهہ اها آهي تہ غيرمحفوظ جنسي رويو تبديل ڪجي. ايچ آءِ وي ٽيسٽ ان وقت ڪرائجي جڏهن:

- شادي ٿيڻ واري هجي يا ٻارن جي خواهش ٿئي.
- کيس پاڻ ۾، پنهنجي شريڪ حيات ۾ يا ٻار ۾ ايڊز جون علامتون نظر اچن.
- اُهو پاڻ يا سندس شريڪ حيات غيرمحفوظ جنسي ناتا رکي چڪو هجي.

ايچ آءِ وي ٽيسٽ جا نتيجا ڄاڻڻ جا فائدا

جيڪڏهن چڪاس جو نتيجو منفي آهي تہ پنهنجو پاڻ کي محفوظ رکڻ جا طريقا سکي ايچ آءِ وي/ ايڊز کان محفوظ رهي سگهجي ٿو، ان طرح اهڙي فرد کي ڪڏهن بہ ايچ آءِ وي/ ايڊز نہ ٿيندي.

جيڪڏهن چڪاس جو نتيجو مثبت آهي تہ:

- پنهنجي ساٿيءَ کي وائرس کان بچائي سگهجي ٿو.

صلاح مشورو

ايچ آءِ وي پازيٽو ماڻهن جي رهنمائي ۽ مدد جو مطلب کين ۽ سندن ڪٽنب کي مايوسيءَ مان ڪڍي زندگيءَ جي اُميد ڏيارڻ آهي. ڪينيا سان تعلق رکندڙ ايچ آءِ وي پازيٽو هڪ عورت جو چوڻ آهي تہ "ڪنهن سٺو مشورو ڏيندڙ سان ملي اهو احساس ٿئي ٿو تہ اوهان صحتمند ٿي رهيا آهيو."

- صحت جي خرابين جو تڪڙو علاج ڪرائي سگهجي ٿو.
- پنهنجي طرز زندگيءَ ۾ مناسب تبديليون آڻي پنهنجو پاڻ کي وڌ کان وڌ عرصو صحتمند رکي سگهجي ٿو.
- پنهنجي علائقي يا ڄاڻ سڃاڻ وارن ۾ ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيل ٻين ماڻهن جي مدد وٺي سگهجي ٿي.

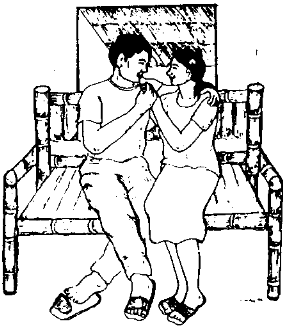
- پنهنجي ذاتي ۽ ڪٽنب جي مستقبل جي بهتر رٿابندي ڪري سگهجي ٿي.

ايڇ آءِ وي ٽيسٽ جا نتيجا ڄاڻڻ جا نقصان

ايڊز نہ تہ عذاب آهي نہ وري سزا. جيڪڏهن ڪنهن جو ايڇ آءِ وي ٽيسٽ نتيجو مثبت نڪري، ان جا احساس هڪ ئي وقت مختلف قسمن جا ٿي سگهن ٿا. اهو ڄاڻڻ کان پوءِ اُهو فرد ايڇ آءِ وي لڳل آهي صدمي جو احساس عام ڳالهہ آهي. ممڪن آهي تہ واسطيدار فرد اها حقيقت قبول نہ ڪري تہ ڪيس ايڇ آءِ وي لڳي چڪي آهي. اِهو بہ ممڪن آهي تہ اُن تي انتهائي مايوسي جي ڪيفيت ڇڙهي ۽ هو پنهنجو پاڻ کي يا ٻين کي ان جو جوابدار ليکي.

ان صورت ۾ ڪنهن ٻئي شخص جهڙوڪ صحت ڪارڪن يا پنهنجي ڪنهن ويجهي دوست سان ڳالهہ ٻولهہ ان ڪيفيت کي منهن ڏيڻ ۾ مدد ڏئي ٿي. رازدار ڪنهن کي ٻڌائجي ان جو فيصلو پنهنجو پاڻ کي ڪرڻو پوندو. ڪنهن ايڇ آءِ وي لڳل عورت جو مڙس پاڻ ايڇ آءِ وي جو شڪار هوندي بہ الزام پنهنجي زال تي هڻي سگهي ٿو، ٻيا ماڻهو اهو ڄاڻڻ کان پوءِ اهڙي فرد کان ڌجي ۽ احتياط ڪري سگهن ٿا. ڇاڪاڻ جو ڪين ايڇ آءِ وي/ ايڊز بابت اها ڄاڻ ناهي تہ اها ڪيئن ٿي پکڙجي. جيڪڏهن ممڪن هجي تہ ڪنهن تربيت يافتا ايڇ آءِ وي/ ايڊز جي مشير سان ملجي ۽ ساڻس ڳالهائجي. هو ان ڏس ۾ مناسب رهنمائي ڪري سگهي ٿو/ ٿي تہ ان بابت ڪنهن کي ٻڌائجي ۽ پنهنجي زندگيءَ ۾ ان تبديليءَ جو مقابلو ڪيئن ڪجي.

"مشير" ايڇ آءِ ويءَ جو شڪار ٿيندڙ ۽ سندس گهر جي ڀاتين سان ڳالهہ ٻولهہ ڪري ڪين سندن ڳڻتي، پريشاني ۽ فڪر گهٽ ڪري ٿو ۽ ڪين حالتن جو مقابلو ڪرڻ جو حوصلو ڏي ٿو. ڪين،

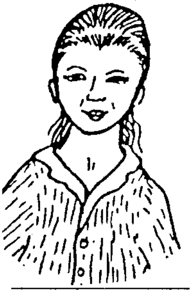


جيڪڏهن شريڪ حيات ايڇ آءِ وي کان متاثر هجي

جيتوڻيڪ ان ۾ خطرو ضرور آهي پر جيڪڏهن اوهان جي شريڪ حيات کي ايڇ آءِ وي ٿي پوي تہ حفاظتي طريقن سان اُن سان جنسي عمل ۾ ان ريت شريڪ ٿي سگهجي ٿو جو اهو مرض منتقل نہ ٿئي. جنسي عمل جا محفوظ طريقا اختيار ڪرڻ کان سواءِ پنهنجي صحت تي ڪرڙي نظر رکجي. پنهنجي چمڙي ۽ ٻين جاين تي ڪل ڦاٽڻ سان ٿيندڙ زخمن جو خاص خيال رکجي جتي انفيڪشن ٿي سگهي ٿو. ياد رکو تہ جنسي عمل کان سواءِ بہ جنسي تسڪين جا ٻيا طريقا بہ آهن، مثال طور ڪنهن کي ڀاڪرن ۾ ڀرڻ ۽ پيار ڪرڻ محفوظ آهي.

پنهنجي صحت جو خيال رکو

- ڪنهن بہ طبي مسئلي جو هڪدم علاج ڪريو، هر انفيڪشن اوهان جي مدافعتي سرشتي کي وڌيڪ هيٺو ڪري ٿي تنهنڪري تڪڙي علاج جي اهميت آهي.
- پنهنجي جسم کي سگهارو رکڻ لاءِ غذائيت سان ڀرپور خوراڪ کائو، تندرستيءَ ۾ جيڪا خوراڪ اوهان لاءِ بهتر آهي سا بيماريءَ ۾ بہ چڱي آهي. وٽامن جي گورين ۽ انجيڪشن تي پئسو ذوڪڙ خرچ ڪرڻ بدران غذائيت سان ڀرپور کاڌي پيتي جو سامان وٺو.
- تماڪ، شراب ۽ نشي پتي کان بچو.
- جنسي عمل جا محفوظ طريقا اختيار ڪريو. اوهان جي پنهنجي ۽ اوهان جي ساٿيءَ جي صحت لاءِ اها ڳالهہ انتهائي ضروري آهي. محفوظ جنسي عمل سان نئين انفيڪشن ۽ اڻ گهربل حمل کان بچي سگهجي ٿو.



- مناسب آرام ۽ ورزش ڪريو، آرام ۽ ورزش سان انفيڪشن خلاف جسم جي مدافعت وڌي ويندي آهي.
- صاف سٿرو رهي انفيڪشن کان بچو.
- صحت مرڪزن مان گهربل علاج ڪيئن ڪرائجي.
- پنهنجي گهروارن کي ڪيئن ٻڌائجي تہ ايچ آءِ وي جو شڪار ٿيڻ جو ڇا مطلب آهي ۽ ايچ آءِ وي ڪيئن پکڙجي ٿي. ان سان هو بيماريءَ کي قبوليندي بيمار کان ڊڄڻ يا گهٻرائڻ کان سواءِ سندس سارسنڀال ڪندا.
- مريض کي ٻڌائي سگهي ٿو/ ٿي تہ وڌ کان وڌ عرصو ڪيئن صحتمند رهي سگهجي ٿو.
- مستقبل جي رٿابندي ۾ مدد ڏي ٿو.

پنهنجي سر فيصلا ڪرڻ جي قابل بنائڻ ۾ رهنمائي ڪري ٿو.

ايچ آءِ وي لڳل شخص لاءِ صلاح مشورو حاصل ڪرڻ سڀجي ڄمار لاءِ اهم آهي. ڪيس رڳو ان وقت مشوري جي ضرورت نٿي پوي جڏهن پهريون ڀيرو پتو لڳيس تہ ڪيس ايچ آءِ وي/ ايڊز آهي.

ايچ آءِ وي لڳڻ جي صورت ۾ مشير هيٺين معاملن ۾ مدد ڪري سگهي ٿو/ ٿي:
- اهو فيصلو ڪرڻ تہ ان بابت ڪيئن ٻڌائجي.
- ٻين ايچ آءِ وي لڳل ماڻهن کي ڪيئن ڳولهجي ۽ ڪائڻن مدد ڪيئن حاصل ڪجي.

حمل کان بچي اوهان ڊگهي عرصي تائين تندرست ۽ جيئرو رهي سگهو ٿيون. جيڪڏهن اوهان کي ايچ آءِ وي آهي ۽ ڳوڙهاري ٿي چڪيون آهيو تہ اهو ضروري آهي تہ پنهنجي صحت جو خيال رکو.

- جنسي عمل جي طريقن کي محفوظ بنائڻ بابت ٻڌائي سگهي ٿو.

- جيڪڏهن اوهين صحت ڪارڪن يا مذهبي اڳواڻ آهيو ته وڏي ڪاميابيءَ سان ايچ آءِ وي کان متاثر ماڻهن جي مدد ڪرڻ جي تربيت حاصل ڪري معاشري ۾ اهم ڪردار ادا ڪري سگهو ٿا. اهڙا ڪيترائي ماڻهو جن جي ڪٽنب جا ويجها فرد ايڊز وگهي اجل جو شڪار بڻيا آهن، اڳتي هلي ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيلن کي ان بيماريءَ سان گڏ جيئري رهڻ ۾ هٿ ونڊائڻ جي تربيت حاصل ڪري چڪا آهن.

ايچ آءِ وي ۽ ايڊز سان گڏ مثبت طريقي سان جيئرو رهڻ

جديد طب ۽ روايتي معالجن وٽ اڃان تائين ايڊز جو ڪو علاج ناهي پر ايچ آءِ وي لڳل فرد ورهين تائين صحتمند زندگي گذاري سگهن ٿا. ان عرصي دوران هيٺيون ڳالهيون مدد ڪن ٿيون:

- پنهنجي زندگيءَ جو هر پل ڀرپور طريقي سان گذارجي.

- پنهنجو گهڻي ياڳي وقت دوستن ۽ گهروارن سان گذارجي.

- پنهنجو روزمره وارو ڪم ڪندو رهجي ۽ پنهنجو پاڻ کي سرگرم رکجي.

- جيڪڏهن چاهجي ته جنسي سرگرميءَ ۾ حصو وٺجي، رٻڙ جنسي لمس تائين محدود رهي ڊگهي عرصي تائين تندرست رهي سگهجي ٿو.

ايچ آءِ وي/ ايڊز جي شڪار ماڻهن جي گروپ ۾ شامل ٿيڻ جي ڪوشش ڪرڻ يا گروپ ناهڻ

ايچ آءِ وي/ ايڊز جا شڪار ٿيل ماڻهو گڏجي ٻين کي ان کان بچاءُ جا طريقا سيکاري سگهن ٿا ۽ ايڊز جي مريضن کي گهر تي سارسنڀال جي سهولت مهيا ڪري سگهن ٿا. اهي ايچ آءِ وي/ ايڊز ۾ قاتل ماڻهن جي حقن جي حمايت به ڪري سگهن ٿا.

حمل دوران ضروري آهي ته صحت ڪارڪن سان لهه وچڙ ۾ رهجي جيڪا ايچ آءِ وي لڳل ڳورهارين جي سارسنڀال جي تربيت وٺي چڪي هجي.

پنهنجي روحاني ۽ ذهني صحت جو خيال رکڻ

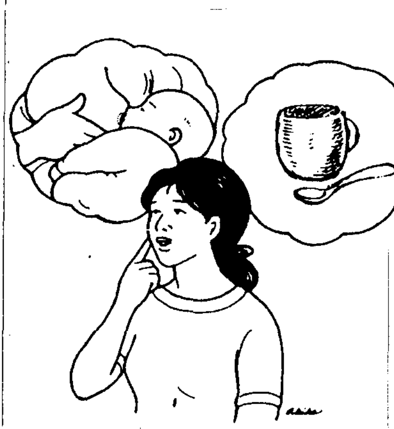
روايتن ۽ عقيدن تي ويساهه مريض کي پراُميد ۽ سگهارو رکي سگهي ٿو. هو مستقبل بابت سوچين، جيڪڏهن ايڊز لڳل فرد جا ٻار آهن ته:

- انهن سان وقت گذارين، سندن سارسنڀال ڪن ۽ پنهنجي گهرڀاتين لاءِ اهڙا انتظام ڪن جو اُن وقت به سندس سارسنڀال ٿي سگهي جڏهن هو ان لاءِ موجود نه هجن.

جيڪڏهن اهڙي فرد وٽ ڪو سرمايو، گهر يا ملڪيت آهي ته ان ڳالهه کي يقيني بنائي ته ان جي مرڻ پڄاڻان جنهن کي جيڪو حصو ملڻو آهي سو ملي سگهي.

ڪجهه معاشرن ۾ قانوني شادي کان سواءِ رهندڙ عورتون پنهنجي ملڪيت، ٻارن يا واسطيدارن کي ڏيڻ جو اختيار نٿيون رکن، ان ڪري ضروري آهي ته اهڙي صورت ۾ قانوني طور شادي ڪن ته جيئن سندن دولت/ جائيداد انهن کي ملي سگهي جن کي ڏيڻ چاهين ٿيون.

اوهان جيڪو به طريقو اختيار ڪريو، ان ڳالهه لاءِ پاڻ تي الزام نه ڏريو ته اوهان جي ڪري ٻار کي ايچ آءِ وي ٿي آهي، اڃان تائين اهڙو ڪو طريقو هٿ نه آيو آهي جنهن سان ٻار کي ايچ آءِ وي کان بچائي سگهجي.



حمل، ٻار جو ڄمڻ ۽ اُن کي ٿڃ ڏيڻ

حمل

ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳل عورت لاءِ حمل خطرناڪ ثابت ٿي سگهي ٿو. هڪ عام عورت جي پيٽ ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳل عورت کي حمل ۽ ويم مهل هيٺ ڄاڻايل پيچيدگيون مان ڪجهه ٿي سگهن ٿيون:

- حمل دوران ٻار ضايع ٿيڻ
- بخار، انفيڪشن ۽ صحت جي خرابي
- ٻار جي ڄمڻ کان پوءِ اهڙو شديد انفيڪشن جنهن جو علاج ڏکيو هجي ۽ زندگي خطري جو شڪار بڻجي.
- ان سان گڏوگڏ اهڙي عورت جو ٻار:
- اَيچ آءِ وي جو شڪار ٿي سگهي ٿو.
- وقت کان اڳ ڄمي سگهي ٿو، تمام گهڻو بيمار يا مري سگهي ٿو.

جيڪڏهن ايچ آءِ وي لڳل عورت ڳورهاري ٿيڻ چاهي

جيڪڏهن ڪيس ان ڳالهه جي پڪ نه هجي ته هوءَ يا سندس مڙس ايچ آءِ وي کان متاثر آهي ۽ هوءَ ايچ آءِ وي ٽيسٽ ڪرائي سگهي ٿي ته ان لاءِ ضروري آهي ته ٽيسٽ کان اڳ ٻئي ڇهه مهينا انتظار ڪن. ڇهن مهينن جي انهيءَ عرصي دوران هر ڀيري جنسي عمل دوران ڪنڊوم استعمال ڪجي ۽ رڳو هڪ ٻئي تائين محدود رهجي.

جيڪڏهن ايچ آءِ وي ٽيسٽ نٿو ڪرائي سگهجي ته هيٺين ڳالهين تي عمل ڪري جوکم گهٽائي سگهجي ٿو:

- جنسي عمل ڪندي ڪنڊوم استعمال ڪجي ۽ حمل جي امڪاني ڏينهن ۾ ان عمل کان پاسو ڪجي.
- حمل جي غيرامڪاني ڏينهن ۾ جنسي عمل جا محفوظ طريقا اختيار ڪجن.
- جنسي عمل سان منتقل ٿيندڙ بيمارين جون علامتون ظاهر ٿيڻ تي اِهو عمل بند ڪجي.

ايچ آءِ وي کان متاثر مائرن وٽ ڄمندڙ هر ٽن مان هڪ ٻار ايچ آءِ وي جو شڪار هوندو آهي.

ايچ آءِ وي هئڻ جي صورت ۾ ٻار حمل دوران ٻچيداني ۾ يا پيدائش دوران يا ڄمڻ کان پوءِ ٿڃ پيئڻ سان ايچ آءِ وي جو شڪار ٿي سگهي ٿو. ڪجهه وائرس ناس ڪندڙ دوائون جهڙوڪ AZT ٻار ۾ وائرس جي منتقلي جا امڪان گهٽائين ٿيون. حمل دوران ضروري آهي ته صحت

ڪارڪن سان لھ وچڙ ۾ رھجي، جيڪا ايچ آءِ وي لڳل ٻورھاري عورتن جي سارسنڀال واري تربيت حاصل ڪري چڪي ھجي.

ايچ آءِ وي پازيٽو ٻورھاري عورتون پنھنجي ٻار ۾ اينٽي باڊيز (ضروري ناھي تہ سدائين) منتقل ڪنديون رھن ٿيون. رت ۾ موجود اينٽي باڊيز سبب تازي ڄاول ٻار جو ايچ آءِ وي ٽيسٽ پازيٽو ايندو. اڪثر صورتن ۾ ڪجھ عرصي کان پوءِ تمام گھڻن ٻارن جو ايچ آءِ وي ٽيسٽ منفي ٿي ويندو آھي، ان جو مطلب اھو آھي تہ اھو ٻار پاڻ ايچ آءِ وي لڳل نہ ھو پر 18 مھينن جي ڄمار کان اڳ ايچ آءِ وي ٽيسٽ مان اھو پتو لڳائڻ ناممڪن آھي تہ ٻار وائرس جو شڪار آھي يا نہ. ارڙھن مھينن جي ڄمار کان پوءِ ٻار جي رت مان ماءُ جا اينٽي باڊيز ختم ٿي ويندا آھن ۽ ان کان پوءِ چڪاس وسيلي پتو لڳائي سگھجي ٿو تہ ٻار ۾ ايچ آءِ وي وائرس آھي يا نہ.

ٻار جو ڄمڻ

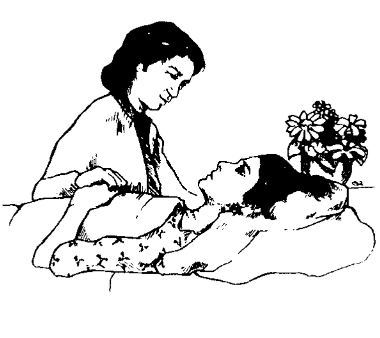
جيڪڏھن دائي يا وينر ۾ مدد ڏيندڙ صحت ڪارڪن تي اعتماد آھي تہ ھوءَ مسئلي کي سمجھي ٿي تہ ڪيس اھو ٻڌائجي تہ ٻورھاري ايچ آءِ وي لڳل آھي، ڇاڪاڻ جو ھوءَ ماءُ ۽ سندس ٻار کي انفيڪشن کان بچائي سگھي ٿي.

ٻار ڄمڻ کان پوءِ عورتاڻو عضوو

جڏھن رازيءَ کي ايڊز ٿي ...

ايڊز ٿيڻ کان پوءِ جڏھن رازي صحت جي خرابين جو شڪار ٿي تہ سندس ماءُ خوشدليءَ سان سندس سارسنڀال ڪئي. روز پنھنجي ڌيءَ کي وينجھاريندي، چڱا ڪپڙا پھرائيندي ۽ سيرانديءَ کان ننڍڙو گلدستو رکندي ھئي. رازيءَ کي بُک نہ لڳندي ھئي پر سندس ماءُ ھن لاءِ ڪا نہ ڪا اھڙي شيءِ ٺاھيندي ھئي جيڪا ھوءَ ٿورو گھڻو کائي. گھر وارا ساڻس پنھنجي روزمره جون ڳالھيون ڪري، پاڙي ۽ پاڙيسرين بابت ٻڌائيندا ھئا. سندن مزيدار ڳالھين ڪري رازيءَ کي احساس ٿيندو ھو تہ ھوءَ ماڻھن کان ڪٽيل ناھي. اڪثر رازيءَ جي طبيعت خراب ٿي ويندي ھئي پر جڏھن ٿورو سامت ۾ ايندي ھئي تہ گھر وارا سندس ساھيڙين کي گھرائيندا ھئا جيڪي دنيا جھان جون ڳالھيون ڪنديون ھيون.

ٺاھوڪن ڳانن، ڳالھ ٻولھ ۽ گھرڀاتين جي خوش مزاجيءَ ڪري اھو گھر زندگيءَ سان ڀرپور نظر ايندو ھو. رازيءَ کي محسوس ٿيندو ھو تہ سڀئي ساڻس اڳي جيان پيار ڪن ٿا. ايڊز سندس ۽ گھروارن وچ ۾ ڪا ڇت نہ پيدا ڪئي ۽ ھو ھميشہ جيان پيار ۽ پنھنجائپ سان ڀرپور زندگي گذاري رھي آھي.



ڏينهن ۾ ٻه ڀيرا صابڻ ۽ صاف پاڻي سان ڌوئجي ٻار جي ڄمڻ کان پوءِ ممڪن انفيڪشن جون علامتون سڃاڻڻ سکجي ۽ ان جي هڪدم علاج تي ڌيان ڏجي.

ٻار کي پنهنجي ٿڃ ڏيڻ

ڪجھ ڀيرا ايچ آءِ وي انفيڪشن ٻار کي ماءُ جي ٿڃ مان ٻہ منتقل ٿيندو آهي. اڃان تائين ان جو پتو لڳي نہ سگهيو آهي تہ ڇو ڪجھ ٻارن کي ٿڃ وسيلي ايچ آءِ وي لڳي ٿي ۽ ڪجھ کي نٿي لڳي.

ايچ آءِ وي کان متاثر ڪجھ مائرون پنهنجي ساهيڙين يا مائٽياڻين ۾ اهڙيون عورتون ڳولهي وٺنديون آهن جيڪي سندن ٻار کي ٿڃ ڏين. اِهو طريقو ٻار لاءِ محفوظ ٿئي ٿو.

ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيڻ جي باوجود عام طور تي ٻار لاءِ بهتر اِهو ئي آهي تہ کيس مٿين کير بدران ماءُ جي ٿڃ ڏجي. ڪيترن ئي علائقن ۾ مٿين کير سبب ٻارن کي دستن يا اڻپوري خوراڪ جو جيڪو خطرو هوندو آهي سو ايچ آءِ وي کان وڌيڪ خطرناڪ آهي، خاص طور تي ان صورت ۾ جڏهن ٻار جي ڄمار ڇهن مهينن کان گهٽ هجي.

ڇهن مهينن کان پوءِ جڏهن ٻار ڪجھ وڏو ٿي سگھ جهلي ٿو تہ دستن جي بيماري ۽ انفيڪشن جو خطرو بہ گهٽجي ويندو آهي. ان وقت کيس ٿڃ بدران عام کير يا ڪاڌي پيتي جون ٻيون شيون ڏئي سگهجن ٿيون. ٻار ماءُ جي ٿڃ جا اڪثر فائدا حاصل ڪري وٺندو آهي ۽ ايچ آءِ وي منتقل ٿيڻ جو خطرو گهٽجي ويندو آهي. ٻار کي ٿڃ پيارڻ ۽ ايچ آءِ وي بابت ڪنهن تربيت ورتل صحت ڪارڪن سان ڳالهائي ڪِن ڏکين سوالن جو جواب حاصل ڪري سگهجي ٿو. ان ريت اهو فيصلو ڪرڻ ۾ سولائي ٿيندي تہ ٻار کَي ٿڃ ڏجي يا نہ. هيٺ ڏنل ڳالهيون ان ڏس ۾ مدد ڪري سگهن ٿيون:

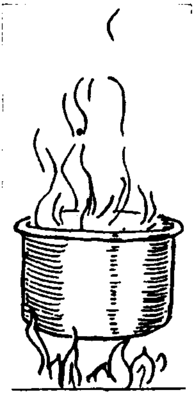
- ڇا ان جي پڪ آهي تہ ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳل آهي؟ شايد ان لاءِ چڪاس ڪرائڻي پوي.
- ڇا اوهان جي پاڙي ۾ اڪثر ٻار انفيڪشن، دستن جي بيماري يا اڻپوري خوراڪ وگهي اجل جو شڪار ٿين ٿا؟ جيڪڏهن ايئن آهي تہ پوءِ ٻار کي ٿڃ پيارڻ ئي سڀ کان بهتر آهي.
- ڇا ان علائقي ۾ صاف سٿرو، غذائيت سان ڀرپور مٿيون يا ڊٻي جو کير ملي ٿو. گهٽ ۾ گهٽ ڇھ مهينا اِهو کير خريد ڪرڻو پوندو، جيڪو انتهائيَ وڏو خرچ ٿي سگهي ٿو. ان واسطي صاف ۽ اُٻاريل پاڻي جي بہ ضرورت پوندي ۽ اِهو بہ سکڻو پوندو تہ پياليءَ يا چمچي وسيلي ٻار کي مٿيون کير ڪيئن پيارجي.
- ڇا ڪا اهڙي عورت ملي سگهي ٿي جيڪا ان ٻار کي پنهنجي ٿڃ ڏي، ان ڳاله جي ڪهڙي خاطري آهي تہ اِها عورت ايچ آءِ وي جي شڪار ناهي.

ايڊز جي مريض جي سارسنڀال

ايڊز جي بيماري ۽ ان جي نتيجي ۾ پيدا ٿيندڙ صحت جا مسئلا ڊگهي عرصي تائين هلندا آهن. انهن مسئلن سبب مريض ۽ سندس گهر جي ڀاتين جو تمام گهڻو وقت ۽ پئسو سيڙجي سگهي ٿو.

ڪنهن ٻي بيماري لاءِ تہ شايد صحت ڪارڪن يا اسپتال سان لھ وچڙ ۾ اچڻ جي ضرورت محسوس ٿئي پر ايڊز جي خاطري

ٽيڻ کان پوءِ ان لاءِ ڪنهن اسپتال ۾ داخل ٿيڻ جي ضرورت ناهي. اهڙو مريض گهر ۾ وڌيڪ آرام سان رهي سگهي ٿو جتي پنهنجي عام ماحول ۾ گهر جا ڀاتي سندس ٺهل ٽڪور ڪري سگهن ٿا.



جيڪڏهن ڪو اهڙو مسئلو آهي جنهن جو گهر ۾ علاج ممڪن ناهي ته پوءِ ڪنهن اهڙي صحت ڪارڪن، اسپتال يا ڊاڪٽر کي ڳولجي جنهن بابت اها خاطري هجي ته ڪيس ايڊز جي مريضن جو علاج ڪرڻ جو تجربو آهي. پوءِ جڏهن به ڪو مسئلو پيدا ٿئي ته ان سان لهه وچڙ ۾ اچجي. علاج لاءِ هڪ اسپتال کان ٻئي، هڪ ڊاڪٽر کان ٻئي ڏانهن وڃڻ جو مطلب وقت، پئسو ۽ قوت ضايع ڪرڻ آهي.

اسپتال ۾ داخل ٿيڻ انتهائي مهانگو ٿئي ٿو، گهر تي سٺي خوراڪ ۽ بهتر سارسنڀال تي گهٽ پيسا ڏوڪڙ خرچ ٿين ٿا.

گهر ۾ ايڇ آءِ وي انفيڪشن کان بچاءُ

جيڪڏهن هيٺين ڳالهين تي عمل ڪجي ته ايڇ آءِ وي جي مريض سان گڏ رهندڙن کي ان وائرس کان متاثر ٿيڻ جو خطرو نٿو رهي :

- مريض جي جسماني رطوبتن جهڙوڪ رت، الٽي، پيشاب ۽ ڪاڪوس کي نه ڇهجي.
- بهتر اهو ٿيندو ته ٻين جي استعمال هيٺ بليڊ، سوئيون ۽ اهڙا ڌار وارا اوزار استعمال نه ڪجن جن سان چمڙي ويڄڻ جو خطرو آهي. ساڳي ريت پرايو ٽوٿ برش به استعمال نه ڪجي. جيڪڏهن اهڙين شين جو استعمال اڻٽر هجي ته پهرين انهن کي جراثيم کان پاڪ ڪجي، اهو ممڪن نه هجي ته اهي ويهن منٽن تائين ٽهڪندڙ پاڻيءَ ۾ رکجن.
- زخمن کي ڍڪجي، ايڊز لڳل فردن ۽ سندن سارسنڀال لهندڙ ٻنهي لاءِ لازمي آهي ته هو زخمن کي صاف سٿري پٽي يا ڪپڙي سان ڍڪين.
- خراب پٽين، ڪپڙن، رت، الٽي، پيشاب يا ڪاڪوس صاف ڪرڻ دوران پلاسٽڪ يا ڪاغذ جا دستانا پائجن يا ڪو وڏو پن ويڙهجي.
- بستري جي چادر يا ڪپڙا وغيره تبديل ڪرڻ کان پوءِ صابڻ سان چڱي طرح هٿ ڌوئجن.

- بسترو ۽ ڪپڙا صاف سٿرا رکجن، ان سان مريض چمڙي جي بيمارين کان بچيل رهندو. ڪپڙا ۽ بسترو رت، ڪاڪوس يا جسماني رطوبتن کان صاف ڪرڻ لاءِ:
اهي گهر جي ٻين ڪپڙن کان ڌار ڌوئجن.

ڪپڙي جو داغ کان محفوظ حصو ڌار ڪري، داغدار حصو پاڻيءَ جي ڌار هٿي صاف ڪجي. جيڪڏهن ڪپڙي تي رت جو مقدار وڌيڪ آهي (جيئن ٻار جي جمڻ کان پوءِ) ته خاص طور تي احتياط ڪجي.

چادرون ۽ ڪپڙا صابڻ مليل پاڻي ۾ ڌوئجن ۽ ممڪن هجي ته اُس ۾ سڪائجن. ڪپڙا سُڪي وڃن ته انهن کي معمول جيان استري ڪجي.

خراب ٿيل ۽ ٻيهر استعمال نه ٿيندڙ پٽيون وغيره ساڙجن يا زمين ۾ پورجن.

هيٺيون ڳالهيون ڪارائتيون آهن پر ضروري ناهن:

- صابڻ مليل پاڻي ۾ بليچ وجهي ڪپڙا گهٽ ۾ گهٽ ڏهه منٽ پسائجن.
- هٿن تي پلاسٽڪ جي ٿيلهي يا دستانا چاڙهجن.

جيستائين ممڪن ٿئي صحتمند رهجي

ايڊز ٿيڻ جي صورت ۾ جسم جو مدافعتي نظام ايتري حد تائين ڪمزور ٿي ويندو آهي جو عام بيمارين يا انفيڪشن جو مقابلو نه ڪري سگهندو آهي. هر بيماري مدافعتي نظام کي وڌيڪ ڪمزور ڪندي آهي، ان ڪري نئين بيماريءَ جو امڪان وڌي ويندو آهي. اِهو سلسلو ان ڪري جاري رهي انسان جو جيئرو رهڻ ناممڪن بڻائي ڇڏيندو آهي.

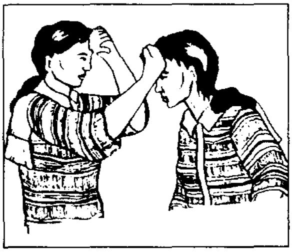
ڪمزور ٿيندڙ مدافعتي نظام کي خرابيءَ کان بچائڻ لاءِ ضروري آهي ته بيماري يا انفيڪشن کان بچجي ۽ جيڪڏهن ڪا بيماري يا انفيڪشن ٿي پوي ته جلد کان جلد ان جو علاج ڪرائجي. اهائي صورت آهي جنهن تي عمل ڪري ايڊز لڳل فرد وڌ کان وڌ عرصو صحتمند رهي سگهي ٿو.

ذهني صحت

صحتمند رهڻ ۽ بيمارين کان بچاءُ واسطي ذهني صحت انتهائي اهم آهي. ايڊز انساني دماغ ۽ جذبات تي سخت ترين دٻاءُ وجهي ٿي. ان صورت ۾ انسان ڪڏهن سخت ڏنل ۽ فڪرمند ٿي ويندو آهي يا انتهائي مايوس ٿي ويندو آهي. يا وري سندس ذهن ڪجهه سوچڻ سمجهڻ کان لاچار ٿي ويندو آهي. ڪڏهن ڪڏهن ڳڻتي يا مايوسي جا اثر ايترا شديد هوندا آهن جو ان جا اثر جسماني طور تي ظاهر ٿيڻ لڳندا آهن ۽ اهي انسان کي جسماني طور تي ڪمزور ڪري بيمار ڪري ڇڏيندا آهن. جسماني ۽ نفسياتي تڪليفن وچ ۾ فرق سمجهڻ خاص اهميت رکي ٿو. ضروري آهي ته اهڙن جذبات تي قابو پائڻ جي ڪوشش ڪجي ته جيئن ايڊز جو شڪار ٿيل، بيماري ۽ ڳڻتي ۾ نه پوي.

عام بيمارين کان بچاءُ

ايڊز لڳل فرد وڌي سولائي سان



مختلف عام بيمارين ۾ ڦاسي سگهي ٿو. هن باب ۾ اهڙا عام طبي مسئلا بيان ڪيا ويا آهن جيڪي ڪنهن به ايڊز لڳل شخص کي ٿي سگهن ٿا. اها ڄاڻ ايڊز لڳل فرد جي سارسنڀال لهندڙن جي ڄاڻ ۾ هئڻ ضروري آهي.

اهي مسئلا ڪنهن به شخص کي پيش اچي سگهن ٿا پر ان جو مطلب اهو قطعي ناهي ته هو ايڊز لڳل آهي. عام طور تي اها ڄاڻ ڄاڻايل تڪليف جي شڪار عام ماڻهو لاءِ به ڪارائتي آهي.

بخار

بخار هڪ عام بيماري آهي. اهو ڄاڻڻ انتهائي ڏکيو آهي ته بخار جو سبب ڪو انفيڪشن جهڙوڪ سلهه پيٽرو جي سوڄ يا مليريا وغيره آهي جن جو علاج ٿي سگهي ٿو يا بذات خود ايڊز جيڪڏهن بخار جو سبب ڪو انفيڪشن آهي ته پوءِ ان انفيڪشن جو يقيني علاج ٿيڻ ممڪن آهي.

بخار جو اندازو لڳائڻ لاءِ ٿرماميٽر استعمال ڪجي. ٿرماميٽر نه هجي ته هٿ جو پويون پاسو بيمار جي نرڙ تي ۽ ٻئي هٿ جو پويون پاسو پنهنجي نرڙ تي رکجي. جيڪڏهن بيمار جو نرڙ وڌيڪ گرم آهي ته ڪيس پڪ سان بخار آهي.

علاج

- بيمار جا اضافي ڪپڙا لاهي ڇڏجن ۽ ڪمري ۾ تازي هوا اچڻ ڏجي.
- چمڙيءَ تي پاڻي وجهي ٿڌو ڪجي يا آلي ڪپڙي سان هر هر جسم صاف ڪجي يا ڇاتي ۽ ڇهري تي آلو ڪپڙو رکي هوا ڏجي.
- اُڃ محسوس ٿئي يا نه وڌ کان وڌ پاڻي يا شربت پيارجي، بخار جي صورت ۾ جسم ۾ پاڻي جي کوٽ ٿي سگهي ٿي.
- بخار گهٽ ڪرڻ لاءِ پيراسٽامول يا اسپرين ڏجي.
- چمڙي صاف ۽ خشڪ رکجي. جسم کي رهڙ وغيره کان بچائڻ لاءِ ڪو لوشن يا سٽي استعمال ڪجي.

هڪدم مدد حاصل ڪريو جڏهن:

- بخار تمام گهڻو هجي.
- بخار مسلسل رهي.
- بخار سان گڏ ڪنگهه هجي يا ساهه کڻڻ ۾ تڪليف ٿيندي هجي يا وزن گهٽجڻ لڳي.
- جڏهن بخار سان گڏ ڳچي سيٽجي وڃي، تمام گهڻو سور هجي يا اوچتو تمام گهڻا دست ٿيڻ لڳن.
- حمل دوران بخار ٿئي يا مائي ٻار ڄڻيو يا ضايع ڪيو هجي.
- بخار جو سبب مليريا سمجهي علاج ٿيندو هجي ۽ شروعاتي علاج کان پوءِ به بخار ختم نه ٿئي.
- جڏهن عورت جي مخصوص عضوي مان رطوبتن جو اخراج ٿيندو هجي ۽ پيٽ ۾ سور سان گڏ بخار ٿئي.

دستن جي بيماري (ڊائريا)

سڄي ڏينهن ۾ ٽي يا وڌيڪ پتڙا ڪاڪوس اچڻ کي دستن جي بيماري يا

ڊائريا سڏبو آهي. سڄي ڏينهن ۾ ڪيترائي ڀيرا نارمل ڪاڪوس اچڻ کي دستن جي بيماري نہ چئبو. دستن جي بيماري هر هر ٿي سگهي ٿي ۽ ان جو علاج ڏکيو بہ ٿي سگهي ٿو. ايڊز جي شڪار شخص کي دستن جي بيماريءَ جو سبب آنڊن جو انفيڪشن ٿيندو آهي جيڪو خراب غذا، پاڻي يا ايچ آءِ وي سبب انفيڪشن يا دوائن جي ذيلي اثرن سبب ٿي سگهي ٿو.

غذائيت جي کوٽ: دستن جي صورت ۾ جسم ضروري غذائيت کان محروم ٿي ويندو آهي، ڇاڪاڻ جو غذا جسم مان تيزيءَ سان لنگهندي آهي ۽ جسم ان جو ڪو لاڀ پرائي نہ سگهندو آهي. دستن جا شڪار ماڻهو بک محسوس نہ ڪندا آهن تنهن ڪري ماني بہ نہ کائيندا آهن.

پاڻي جي کوٽ: دستن جي صورت ۾ جسم جو پاڻي تيزيءَ سان خارج ٿيندو آهي. جيڪڏهن مناسب مقدار ۾ پاڻي نہ پيتو ويو تہ جسم پاڻي جي کوٽ جو شڪار ٿي سگهي ٿو. جسم ۾ پاڻي جي کوٽ گرم موسم ۽ بخار ٿيڻ جي صورت ۾ وڌيڪ تيزيءَ سان ٿيندي آهي.

پاڻي جي کوٽ جون علامتون

1_ اُڃ لڳڻ
2_ پيشاب نہ اچڻ يا تمام گهٽ اچڻ
3_ وات خشڪ ٿيڻ
4_ چمڙيءَ جي لچڪ ۾ گهٽتائي يا خاتمو
5_ ٻيهڻ جي صورت ۾ مٿو ڦرڻ.

ٻن آڱرين جي مدد سان چمڙي ڇڪيو، جيڪڏهن اُڀريل چمڙي هڪدم نارمل صورت اختيار نہ ڪري تہ اهو شخص پاڻي جي کوٽ جو شڪار سڏبو.

علاج

معمول کان وڌيڪ پاڻي يا نمڪول پيئي پاڻي جي کوٽ کان محفوظ رهجي. پاڻي جي کوٽ کان نجات واسطي ميون جو رس، ناريل جو پاڻي، هلڪي مٺي چانهه، پتڙو دليو، يخني، جانورن جو پاڻي ۽ پاڻي جي کوٽ جو پورائو ڪندڙ شربت (نمڪول وغيره) واپرائجن. اُڃ محسوس نہ ٿيڻ جي صورت ۾ بہ پنجن کان ڏهن منٽن کان پوءِ بہ چار ڍُڪ ضرور پيئجن.

ضروري ڳالهہ

جيڪڏهن مٿين علامتن سان گڏ اُلٽي جي بہ شڪايت آهي تہ بيمار کي رڳن ذريعي پاڻياٺ يا ريڪٽم ۾ پاڻياٺ جي ضرورت آهي. هڪدم طبي امداد حاصل ڪريو. پاڻي جي کوٽ خطرناڪ آهي.

ڪجھ نہ ڪجھ کائجي_ دل چاهي يا نہ اهڙي خوراڪ ضرور کائجي جيڪا جلدي هضم ٿي سگهي. چڱي ريت پڪل ڪاڌو، مناسب حدتائين ڇپاڙي کائجي. ڦل دار سبزيون، گوشت يا مڇي مليل دليو، ڊيريءَ جا اسم جهڙوڪ کير، پنير، ڏونئرو ۽ ڪيلا کائجن. ڪچيون سبزيون، داڻي وارو اناج، ميون جون کلون، ڪارا مرچ يا گرم ڪاڌو ۽ وڌيڪ مٺا شربت استعمال نہ ڪجن، انهن سان دستن جي شدت وڌي وڃي ٿي.

جيڪڏهن بيماريءَ ۾ هيٺيون ڳالهيون هجن تہ مدد حاصل ڪجي:

_ پاڻي جي کوٽ جون علامتون محسوس ٿين.
_ کائڻ پيئڻ ۾ تڪليف ٿئي.
_ حالت ۾ ڪو ڦير نہ اچي.

- تيز بخار هجي.
- ڏينهن ۾ ڪيترائي ڀيرا دست اچن.
- ڪاڪوس ۾ رت اچي ۽ دوا سان به ٺيڪ نه ٿئي.
- اُلٽي جي شڪايت هجي.

بچاءُ جون تدبيرون

- صاف پاڻي پيئجي، خوراڪ يا پيئڻ جو پاڻي خالص هجي.
- صاف سٿري ۽ محفوظ خوراڪ کائجي. خوراڪ جا اسم رڌڻ کان اڳ چڱي طرح ڌوئجن، گوشت چڱي ريت پچائجي. ڪاڌي پيتي جون شيون مکين، مٽي، ڪيڙن ماڪوڙن کان بچائجن، جيڪي جراثيم لڳل هوندا آهن.

هٿ ضرور ڌوئجن:

- ڪاڪوس استعمال ڪرڻ يا ڪنهن کي استعمال ڪرائڻ کان پوءِ.
- ٻارن يا بيمارن جو چهرو وغيره ڌوئارڻ کان پوءِ.
- کاڌو پچائڻ يا شربت ٺاهڻ کان اڳ.
- پاڻي حاصل ڪرڻ جي اجتماعي ذريعي کي محفوظ بڻايو.

چمڙيءَ جا داغ ۽ خارش

عام طور تي اهو ڄاڻڻ ته چمڙيءَ تي داغ ڇو ٿا ٿين يا خارش جو سبب ڇا آهي، انتهائي ڏکيو آهي. چمڙيءَ جون اڪثر شڪايتون جسم کي صاف سٿرو رکڻ سان ختم ٿي وينديون آهن. روزانو هڪ ڀيرو جسم مناسب صابڻ ۽ صاف پاڻي سان صاف ڪرڻ جي عادت وجهجي.

جيڪڏهن چمڙي تمام گهڻي خشڪ هجي ته صابڻ استعمال نه ڪجي. وهنجڻ کان پوءِ پيٽروليم جيلي، گليسرين يا تيل هڻجي. ڍلا ۽ سوٽي ڪپڙا پائجن.

الرجڪ ري ايڪشن

الرجيءَ ڪري به جسم ۾ خارش ٿيندي آهي. الرجيءَ واري خارش ايڊز جي مريضن لاءِ عام ڳالهه آهي. سلفا دوائن جهڙوڪ (Co- trimoxazole) جا عام طور تي خراب اثر پوندا آهن. جيڪڏهن سلفا دوائون استعمال ڪندڙ کي چمڙي جي خارش، اکين جي سوڄ، اُلٽي يا چڪر اچڻ جي شڪايت ٿيندي هجي ته اهڙي دوا جو استعمال هڪدم بند ڪجي ۽ پنهنجي ڊاڪٽر يا صحت ڪارڪن سان له وچڙ ۾ اچجي.

فنگل انفيڪشن

فنگل انفيڪشن ڇا آهي جي وضاحت ڪرڻ انتهائي ڏکيو آهي. اها مختلف انداز سان سامهون اچي سگهي ٿي. اهي ڪجهه انفيڪشن دائري وانگر ڳاڙهي يا اَهڙن داغن جي صورت وارا ٿي سگهن ٿا جن ۾ خارش به هجي. ايڊز لڳل عورتن کي مخصوص عضوي ۾ خميري عفونتن جي شڪايت هر هر ٿي سگهي ٿي. جسم جي هيٺين حصن مان ڪنهن به حصي ۾ چمڙيءَ جي ڪا شڪايت ٿيڻ جي صورت ۾ فنگل انفيڪشن ٿي سگهي ٿو:

ڇاتين کان هيٺ، بغل ۾، ٽُونٽ جي اندرين حصي ۾، آڱرين جي وچ ۾، ٽنگن ۽ ڏڏن

جي وچ ۾.

علاج

- جيڪڏهن جسم تي ڳاڙها خارش وارا نشان ظاهر ٿين ته ان حصي کي صاف ۽ خشڪ رکجي. جيڪڏهن ممڪن هجي ته ان حصي کي کليو رکجي ته جيئن هوا ۽ اُس لڳن.
- ڏينهن ۾ ٽي ڀيرا Nystalin ڪريم يا ٻه ڀيرا Gentian Violet هڻجي ته جيئن خارش ۽ داغ وغيره بلڪل ختم ٿي وڃن.

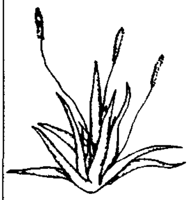
وات يا چمڙيءَ تي ڀورا داغ/ اُڀار

انهن داغن جو سبب رت جي رڳن جو ڪئنسر يا جسم جي مختلف حصن ۾ پيدا ٿيندڙ ننڍا ننڍا اُڀار (لمفي ڳنڍيون) ٿئي ٿو، جيڪي جراثيم روڪيندا آهن. ان ۾ دوائون ڪم نه اينديون آهن. جيڪڏهن وات ۾ انهن داغن يا اُڀار سبب کائڻ پيئڻ ۾ ڏکيائي محسوس ٿي رهي هجي ته پنهنجي ڊاڪٽر يا صحت ڪارڪن سان لهه وچڙ ۾ اچجي.

خارش

دوائن کان سواءِ علاج:
- چمڙيءَ کي ٿڌو رکجي.
- گرميءَ کان بچجي، چمڙيءَ تي گرم پاڻي لڳڻ نه ڏجي.
- خارش ڪرڻ کان پرهيز ڪجي، ڇاڪاڻ جو ان سان خارش ۾ اضافو ٿئي ٿو ۽ ڪيڏي ڪيڏي مهل روڳ به پيدا ٿئي ٿو.
- نه باقاعدگيءَ سان ڪٽجن ۽ هٿ صاف سٿرا رکجن.
- اُباري ٿڌو ڪيل پاڻي ۾ پينل جُئي يا

هيٺين سان فائدو ٿي سگهي ٿو:
- آسٽريليا جي ٽي ٽري جو ٽنڪچر
- گهيڪوار جو عرق



مقامي مصالحن جي جڙي ٻوٽين سان تيار ڪيل دوا وجهي، آلو ڪپڙو خارش لڳل حصن تي رکجي.

هرپيس زوسٽر (شنگلز)

شنگلز انفيڪشن جي اُها شڪل آهي جيڪا هرپيس وائرس سان ٿئي ٿي. ان ۾ ڦرڪٽا ٿيندا آهن جن ۾ ايذاءَ ڀري خارش ٿيندي آهي. اهي ڦرڪٽا ڦاٽي پوندا آهن. اهي ڦرڪٽا عام طور تي وات، پٺن يا ڇاتيءَ تي ٿيندا آهن. ان صورت ۾ سخت ساڙو ٿيندو آهي، جيڪو انتهائي پيڙا ڀريو هوندو آهي. خارش ختم ٿيڻ ۾ ڪجهه هفتا لڳندا آهن پر تڪليف يا سور وڌيڪ عرصو هلي سگهي ٿو.

علاج

- ڏينهن ۾ ٻه ڀيرا (Calamine) لوشن استعمال ڪجي.
- زخم خشڪ ڪجن. جيڪڏهن ڪپڙن جي رڳڙ لڳي ته زخمن تي ڍري پٽي ٻڌجي.
- انفيڪشن کان بچڻ لاءِ (Gentain Vio-let) لڳايو.

اکين ۾ شنگلنر هجي ته ان کي ڇهڻ يا خارش ڪرڻ جي ڪوشش نه ڪجي، ان مان ڏسڻ جي صلاحيت ختم ٿي سگهي ٿي.

الٽيون ۽ جيءَ ڪچو ٿيڻ

جيڪڏهن ان صورتحال ۾ فرد ڪجھ کائي پيئي نه سگھندو ته ڪمزور ۽ خوراڪ ۽ پاڻي جي کوٽ جو شڪار بڻبو. عام طور تي اها شڪايت هڪ ٻن ڏينهن ۾ ختم ٿي ويندي آهي. الٽي ۽ جيءُ ڪچو ٿيڻ جا هيٺيان سبب ٿي سگهن ٿا:

- انفيڪشن
- دوائون
- معدي ۽ آنڊن جي تڪليف
- ايچ آءِ وي انفيڪشن

علاج

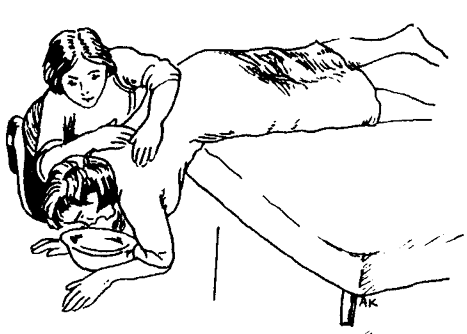
- صبح اٿندي ئي خشڪ خوراڪ جا ڪجھ گرھ کائجن (روٽي، ڪريڪر، ماني وغيره)
- کاڌو پچائيندي ان جي خوشبو کان بچجي. جيڪڏهن ڪنهن شيءِ مان جيءُ ڪچو ٿيندو هجي ته اُها نه واپرائجي.
- ڦودني، ادرڪ يا دالچينيءَ واري چانھ، ٿوري مقدار ۾ ئي سهي پر واپرائجي ضرور.
- ليمون چوسجي.
- الٽي ڪرڻ کانپوءِ وات جو خراب ذائقو ٺيڪ ڪرڻ لاءِ ڏند صاف ڪجن ۽ گرڙيون ڪجن.
- تازي هوا اچڻ کي يقيني بڻائجي.
- ٿڌي پاڻيءَ مان ڪپڙو ٻوڙي نرڙ تي رکجي.
- جيڪڏهن الٽي يا جيءُ ڪچو ٿيڻ جو سبب ڪا دوا آهي ته ان جو متبادل حاصل ڪجي جيڪڏهن الٽين جي شڪايت شديد هجي:
- گھٽ ۾ گھٽ ٻن ڪلاڪن تائين کائڻ پيئڻ کان پرهيز ڪجي.
- ان کان پوءِ ايندڙ ٻه ڪلاڪ (هر ڪلاڪ کان پوءِ) پاڻي، نمڪول يا ٻي ڪا پاڻياڻ جا ٿي وڏا چمچا پيئجن. پوءِ هر ڪلاڪ کان پوءِ اهو مقدار 4 کان 6 ڪاڏي جا چمچا ڪجي. جيڪڏهن جيءُ نه گھبرائي ته پاڻياڻ جو مقدار وڌائجي.
- جيڏهن الٽيون بند ٿين ته هر ڇهن ڪلاڪن کان پوءِ 25 کان 50 ملي گرام (Promethazine) استعمال ڪجي. (ضرورت موجب)
- طبيعت بهتر ٿيڻ تي ٿوري ٿوري غذا کائڻ شروع ڪجي، شروع ۾ سادي خوراڪ جھڙوڪ ماني، چانور ۽ دليو وغيره استعمال ڪجي.

مدد ڪڏهن ونجي

- جڏهن مريض جي جسم ۾ 24 ڪلاڪن تائين ڪا خوراڪ يا پاڻي نه بيهي.
- جڏهن پيٽ ۾ سور ۽ بخار سان گڏ الٽيون ٿين.
- جڏهن الٽين جو رنگ گھرو سائو يا گھرو ڀورو هجي ۽ ان مان ڪاڪوس يا رت جھڙي بوءِ ايندي هجي.
- جڏهن مريض ۾ پاڻي جي کوٽ جون علامتون واضح هجن.

کنگھ

کنگھ ساھ واري سرشتي جي صفائي ۽ بلغم جسم مان ڪڍڻ جو هڪ ذريعو آهي. اها ڦڦڙن جي خرابيءَ جي به هڪ علامت آهي، خاص طور تي نمونيا يا سلھ جي صورت ۾، جڏهن ڦڦڙ انفيڪشن سبب تمام



تصوير وانگر ليٽائي پٺين کي ٺڪڻ، بلغم جي اخراج کي آسان بڻائي ٿو.

گھڻو بلغم ٺاھيندا ھجن.

جڏھن کنگھ سان گڏوگڏ بلغم نڪري ته کنگھ بند ڪرڻ جي دوا استعمال نه ڪجي. ان جي بدران ڪا اھڙي شيءِ استعمال ڪجي جيڪا بلغم کي نرم ڪري ٻاھر ڪڍي، ان ريت کنگھ به تيزيءَ سان ٺيڪ ٿيندي.

علاج

- پاڻي گھڻو پيئجي، پاڻي سڀني دوائن کان بھتر آھي. اھو بلغم کي نرم ڪري ٿو، جنھن سان بلغم کنگھ وسيلي خارج ٿئي ٿو.
- ڏينھن ۾ ڪيترائي ڀيرا ڦڦڙن جي صفائي لاءِ کنگھڻ گھرجي پر کنگھندي وات تي ھٿ يا ڪپڙو ضرور ڏجي.
- پسار ڪجي جيڪڏھن اھو ممڪن نه ھجي ته بستري تي پاسا بدلائجن ۽ ويھي رھجي. ان ريت بلغم سولائيءَ سان ڦڦڙن مان نڪري ويندو.
- ليمي جي عرق، ماکي يا جڙي ٻوٽين سان واري چانھ سان نڙي صاف ڪجي. کنگھ روڪڻ جون دوائون عام طور تي مھانگيون ھونديون آھن ۽ ڪو خاص فائدو به نه ڏينديون آھن.

ھر قسم جي کنگھ (خاص طور تي خشڪ کنگھ) ۾ ھڪ حصو ماکي، ھڪ حصو ليمي جو رس ۽ ھڪ حصو پاڻي وارو شربت تمام گھڻو ڪارائتو آھي. اھو شربت سولائي سان ٺھي ويندو آھي. ھر ٻن کان ٽن ڪلاڪن کان پوءِ چانھ جون ھڪ چمچو پيئڻ گھرجي.

سلھ

سلھ ھڪ خاص قسم جي جراثيمن سان ڦڦڙن کي پھچندڙ نقصان (شديد انفيڪشن) کي سڏيو ويندو آھي. سلھ ۽ ايڊز جون علامتون ھڪجھڙيون ٿينديون آھن جڏھن ته اھي ھڪ ٻئي کان بنھ مختلف بيماريون آھن. سلھ جي شڪار مردن، عورتن ۽ ٻارن جو وڏو تعداد ايڊز لڳل نه ھوندو آھي، پر ايڊز لڳل ماڻھن کي سلھ سولائي سان ٿي سگھي ٿي. ايڊز ٿيڻ جي صورت ۾ جسماني سرشتو تمام گھڻو ڪمزور ٿي ويندو آھي ۽ اھو ڪنھن به بيماريءَ جو شڪار ٿي سگھي ٿو. ايڊز جي مريضن ۾ سلھ عام ڳالھ آھي، ايڊز وگھي مرندڙ ٽن ڄڻن مان ھڪ جي موت جو سبب سلھ ٿئي ٿو. مردن جي ڀيٽ ۾ عورتون ايچ آءِ وي/ ايڊز ٿيڻ جي صورت ۾ سولائي سان سلھ جو شڪار ٿين ٿيون.

ضروري ڳالھ جيڪڏھن کنگھ کان پوءِ ھيڊو، سائو يا رت گاڏڙ بلغم نڪري ته کنگھ جو سبب نمونيا يا سلھ ٿي سگھي ٿو. ان صورت ۾ اوھان کي مخصوص دوائن جي ضرورت آھي.

خاص طور تي اُن صورت ۾ جڏهن سندن جسم هڪ ٻئي پويان ڳورهارو ٿيڻ. خوراڪ جي کوٽ يا رت جي کوٽ (انيميا) سبب ڪمزور هجي.

ايڊز ٿيڻ جي باوجود سله جو علاج ممڪن آهي پر ضروري آهي ته ان جو علاج فوري طور تي شروع ڪجي. لازمي آهي ته ايڊز لڳل فرد سله جي علاج لاءِ Thia-cetazone استعمال نه ڪجن.

نمونيا

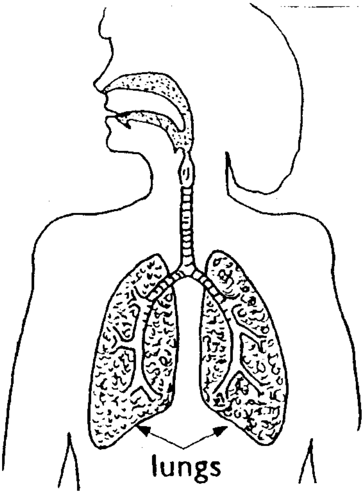
نمونيا ڦڦڙن ۾ موجود ننڍين ننڍين ساهه جي نالين ۾ جاءِ ناهيندڙ جراثيمن سبب ٿئي ٿي. پوڙهاءِ انتهائي ڪمزور ۽ ڪمزور ماڻهو اڪثر نمونيا جو شڪار بڻبا آهن. ايڊز لڳل ماڻهوءَ لاءِ نمونيا انتهائي خطرناڪ آهي. ان جو علاج هڪدم اينٽي بايوٽڪ دوائن سان ٿيڻ گهرجي. ڪجهه ڪيسن ۾ نمونيا جي علاج لاءِ اسپتال ۾ رڳن وسيلي دوا ڏني ويندي آهي.

علامتون

- ننڍا ننڍا تيز ساهه (بالغن ۾ في منٽ 30 کان وڌيڪ) ڪجهه ڪيسن ۾ ساهه کڻڻ سان گڏ ناسون ڦوڪبجي وينديون آهن.
- اهو احساس ته ساهه کڻڻ سان هوا جو گهربل مقدار نه پيو ملي.
- اوچتو ۽ اڪثر تيز بخار
- سائي رنگ جوءِ ڪٽ چڙهيل قسم جو يا رت سان گڏ بلغم.
- انتهائي نبل ۽ بيمار ٿيڻ جو احساس.

علاج

- پاڻي وغيره گهڻو پيئجي.
- بخار گهٽائڻ جي ڪوشش ڪجي.



- 24 ڪلاڪن ۾ فرق نه پوي يا طبيعت وڌيڪ خراب ٿئي ته هڪدم اسپتال سان لهه وچڙ ۾ اچجي.

وات ۽ ڳلي جون تڪليفون

وات ۽ ڳلي جي انهن حصن، جن مان خوراڪ لنگهندي آهي، جي تڪليف سان ڪجهه کائڻ ڏکيو ۽ ڪجهه صورتن ۾ ته ناممڪن ٿي پوندو آهي، اهڙي صورت ۾ ڪمزوري وڌي ويندي آهي. جسم ضروري غذائيت کان محروم ٿي ويندو آهي ۽ ان ۾ انفيڪشن سان مدافعت واري سگهه گهٽجي ويندي آهي، اهڙي صورت ۾ مريض لاءِ ضروري آهي ته:

- مناسب وقفي سان ڪجهه نه ڪجهه کاڌو وجي.
- غذائيت وڌائڻ لاءِ کاڌي ۾ تيل يا روغن وڌايو وجي.
- اڻ پڪل شيون نه کائجن، جسم اهي سولائي سان هضم نه ڪري سگهندو، انهن ۾ جراثيم به ٿي سگهن ٿا.
- وڌ کان وڌ پاڻي يا مشروب پيئجن ۽ پاڻي

جي ڪوٽ جي شڪايت پيدا ٿيڻ نہ ڏجي.

ڏندن ۽ مهاڙن جي تڪليف

ايڊز جا اڪثر شڪار وات ۾ زخم کان سواءِ ڏندن ۽ مهاڙن جي تڪليف جو بہ شڪار ٿيندا آهن. ان صورت ۾ ڪوشش ڪجي تہ:

- نرم غذا کائجي، گهڻو چٻاڙي کائجندڙ شيون کائڻ کان پرهيز ڪجي.
- سادي خوراڪ کائجي، مصالحي وارين شين کان پرهيز ڪجي.
- پاڻي يا سوپ وغيره پيئڻ لاءِ نلڪي استعمال ڪجي.
- سور ۾ آرام لاءِ ٿڌي خوراڪ، مشروب وغيره استعمال ڪجن يا برف چوسجي.

وات جي چوڌاري زخم، پڇي پوڻ ۽ ڦرڪڻا ٿيڻ

چپن تي پيڙا پريا ڦرڪڻا ۽ زخم (جيڪي بخار جا ڦرڪڻا يا ٿڌا زخم سڏبا آهن) هرپيس وائرس سبب ٿين ٿا. عام طور تي تندرست ماڻهن جي وات تي ٿڌ يا بخار کان پوءِ اهي ڦرڪڻا پوندا آهن، جڏهن تہ ايڊز لڳل ماڻهن کي اهي ڪيڏي مهل بہ ٿي سگهن ٿا. اهي زخم ڏگهي عرصي تائين هلي سگهن ٿا پر پاڻ مرادو ختم ٿي ويندا آهن. انفيڪشن کان بچاءُ واسطي انهن تي Gentian Violet هڻجي. Acyclovir نالي دوا بہ ڪارائتي ٿي سگهي ٿي، زخمن کي ڇهڻ کان پوءِ هٿ چڱي طرح ڌوئجن.

وات اندر اڇا داغ (Thrush)

ٿرش فنگس سان پيدا ٿيندڙ انفيڪشن آهي، جيڪو وات جي اندر زبان

وات ۾ تڪليف دوران ڪجھ پيئڻ لاءِ نلڪي يا اسٽرا جو استعمال بهتر ٿئي ٿو.

ڪڏهن ڪڏهن وات ۽ معدي کي ملائيندڙ نالي (خوراڪ جي نالي) ۾ اڇا داغ ۽ زخم ڪري ڇڏيندو آهي. اهڙي صورت ۾ ڇاتيءَ ۾ سور بہ ٿي سگهي ٿو.

اهي داغ ڏونئري جهڙا ٿيندا آهن. جيڪڏهن انهن کي ڪرڙي سگهبو تہ اهي يقيني طور تي ٿرش هوندا آهن. اينٽي بايوٽڪ دوائون واپرائڻ سان ٿرش عام طور تي پيدا ٿي سگهن ٿا.

علاج

نرم ٽوٿ برش سان زبان ۽ مهاڙن کي چڱي ريت پر نرميءَ سان صاف ڪجي يا ڏينهن ۾ ٽي چار ڀيرا ڌوئجي. پوءِ لوڻ مليل پاڻي يا ليمون مليل پاڻي سان ڪرڙيون ڪري پاڻي وات کان ٻاهر اُڇلائجي. هيٺين مان ڪا هڪ ترڪيب استعمال ڪجي:

1- جيڪڏهن تڪليف نہ ٿئي تہ ليمون چوسجي. ليمي ۾ موجود تيزابيت فنگس جي واڌويجھ گهٽائيندي. يا،

2- ڏينهن ۾ ٻہ ڀيرا Gentian Violet جي

هڪ سيڪڙو گاڏڙ سان گرڙيون ڪجن. اِها گاڏڙ پيئڻ کان پاسو ڪجي.

زخم ۽ رهڙون

زخم اُهي ٿيندا آهن جيڪي ڪنهن ڏک وغيره سان چمڙيءَ ڦاٽڻ سان ٿين. رهڙ بيڪٽيريا يا چمڙي تي دٻاءُ سبب ايندي آهي. گهڻو وقت بستري تي گذارڻ وارن جي جسم تي به ان قسم جا زخم ٿيندا آهن. چمڙي ڪٽجڻ، زخم يا واضح رهڙن جي صورت ۾ انهن جي خاص طور تي سارسنڀال لهجي ته جيئن انهن ۾ روڳ پيدا نه ٿئي.

ڪليل زخمن جي عام سارسنڀال

1ـ زخمن کي هلڪي صابڻ ۽ صاف پاڻي سان ڏينهن ۾ گهٽ ۾ گهٽ هڪ ڀيرو صاف ڪجي. پهرين زخم جي چوڌاري جاءِ صاف ڪجي پوءِ زخم جي وچ کان پاسن ڏانهن صفائي ڪجي. ممڪن هجي ته هر ڀيري ڪپڙو تبديل ڪجي.

2ـ جيڪڏهن زخم ۾ روڳ يا رت هجي ته اهو صاف ڪپڙي سان ڍڪجي يا پٽي ۾ ويڙهجي. پٽي ڍري رکجي ته جيئن زخم کي هوا لڳندي رهي. جيڪڏهن زخم خشڪ هجي ته اهو کليل ڇڏي سگهجي ٿو، ان ريت زخم جلدي ٺيڪ ٿي ويندو.

3ـ جيڪڏهن زخم پيرن ۾ يا پير جي ٻنجي ۾ هجي ته ٽنگون دل جي سطح تائين مٿي ڪُجن. اهو عمل ڏينهن ۾ ڪيترائي ڀيرا ڪجي. رات جو سمهڻ مهل ٽنگون اوچي جاءِ تي رکجن. گهڻي دير ويهڻ يا بيهڻ کان بچجي، بهرحال ٿوري گهڻي پسار ڪري سگهجي ٿي.

4ـ خراب ڪپڙا ۽ پٽيون صابڻ ۽ پاڻي سان چڱي ريت ڌوئجن ۽ اُس ۾ خشڪ ڪجن يا ڪجھ دير تائين ٽهڪندڙ پاڻي ۾ رکي سڪائجن، جيڪڏهن ڪپڙو يا پٽيون ٻيهر استعمال ڪرڻا ناهن ته ساڙجن يا زمين ۾ پورجن.

ضروري ڳالھ

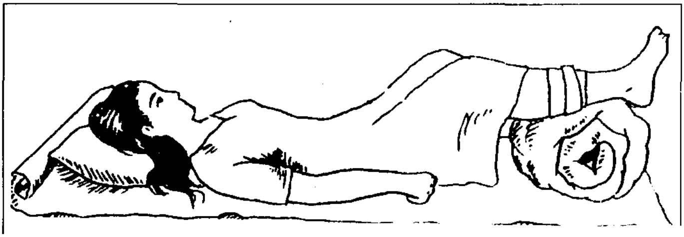
زخم ڏينهن ۾ گهٽ ۾ گهٽ ٻه ڀيرا چڱي طرح صاف ڪري مرهم سان ڀرجي. جيڪڏهن ماکي يا کنڊ زخم جي گهاتي مادي سان گڏ وڌيڪ دير رهيا ته جراثيم مرڻ بدران اُجا وڌندا.

عفونت وارا کليل زخم ۽ رهڙن جو علاج

زخم ۽ رهڙون ان وقت عفونت وارا بڻجڻ ٿا جڏهن اُهي ڳاڙها، سڄيل، گرم ۽ پيڙا ڀريا هجن. انهن ۾ روڳ ٿي پيو هجي يا انهن مان بدبوءِ اچڻ لڳي.

عفونت لڳل زخمن جي علاج لاءِ پهرين پوئين صفحي تي ڏنل 1 کان 4 تائين هدايتن تي عمل ڪجي. ان سان گڏوگڏ هيٺين هدايتن تي پڻ عمل ڪجي:

1ـ زخم تي ڏينهن ۾ 4 ڀيرا هاٽ



ڪمپريس، هر پيري ويهن منٽن تائين رکجي يا زخم صابڻ يا پوٽاشيم پرميگنيٽ مليل گرم پاڻي سان پريل ٿانو ۾ ٻوڙجي. چار يا پنج ليٽر پاڻيءَ ۾ چانهه جو هڪ چمچو پوٽاشيم پرميگنيٽ ملائجي. متاثر ٿيل حصو پاڻيءَ ۾ نه ٻوڙڻ جي صورت ۾ اهو دل جي سطح کان مٿي رکجي.

2- جيڪڏهن زخم جزوي طور تي ڦلهير رنگ جو يا سڙندڙ محسوس ٿئي ته اهو پسائڻ کان پوءِ هائيڊروجن پر آڪسائيڊ سان صاف ڪجي. ڦلهير- رنگ حصي کي صاف ڪپڙي، گاز يا چڱي طرح صاف ڪيل موچڙي سان هٽائڻ جي ڪوشش ڪجي.

3- صاف ٿيڻ جي صورت ۾ زخم تي پٽي ٻڌڻ کان اڳ Gentian Violet هڻجي.

عفونت لڳل بند زخمن جو علاج (ڦرڙيون، ڦٽ، ڳلٽي وغيره)

ڦٽ، ڦرڙيون چمڙيءَ تي اُپريل، ڳاڙهيون ايذاءُ ڀريون ڳنڍيون ٿينديون آهن. اهي عام طور تي بغلن، ڏڏن، چيلهه ۽ رانن تيَ ٿينديون آهن.

جيڪڏهن جسم تي ڪا ڳنڍ محسوس ڪجي ته هڪدم ڏينهن ۾ چار پيرا، هر پيري ويهن منٽن تائين ان کي سيڪ ڏجي. عام طور تي ايئن ڪرڻ سان ڳنڍ يا ڦرڙيءَ جو منهن کلي پوندو آهي ۽ ان جو مواد ٻاهر نڪري ايندو، اهو مواد (روڳ وغيره) اُن وقت تائين صافَ ڪندو رهجي جيستائين نڪرندو رهي. زخم مان مواد مڪمل طور تي خارج ٿيڻ کان پوءِ زخم ڀرجڻ لڳندو. زخم صاف سٿري پٽيءَ سان ڍرو ٻڌجي، جيڪڏهن صورتحال وس کان ٻاهر هجي ته پنهنجي ڊاڪٽر يا صحت ڪارڪن سان لهه وچڙ ۾ اچجي.

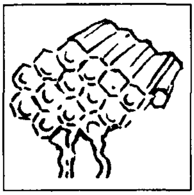
مدد ڪڏهن حاصل ڪجي

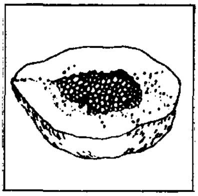
ان صورت ۾ ايڊز جون علامتون ڄاڻندڙ صحت ڪارڪن کان مدد وٺجي جڏهن زخم سان گڏ:

- بخار هجي
- زخم جي چوڌاري ڳاڙهو دائرو وڌي رهيو هجي.
- ڳلي، يا بغلن ۾ سوڄ وارا غدود محسوس ٿين.

دٻاءُ سبب پيدا ٿيندڙ چمڙيءَ جي زخمن جو گهريلو علاج

پپيتي ۾ قدرتي طور تي اهڙا جزا ٿين ٿا جيڪي دٻاءُ سبب زخمي چمڙي نرم ڪن ٿا جنهن جي ڪري زخم جلدي ڇُٽي ٿا وڃن. جراثيم کان پاڪ ڪپڙو يا گاز پپيتي جي ٿڙ يا ڪچي پپيتي جي کير ۾ ٻوڙي زخمن تي رکو. اهو عمل ڏينهن ۾ ٽي پيرا ڪريو. ماکي ۽ کنڊ به جراثيم ماري زخمن ۾ عفونت پيدا ٿيڻ کان روڪين ٿا جنهن سان زخم جلدي ٺيڪ ٿي ويندو آهي. ماکي ۽ کنڊ جو گهاٽو گاڏڙ ٺاهيو ۽ اهو زخم ۾ ڀري ٿلهي ۽ صاف ڪپڙي يا گاز پٽيءَ سان ٻڌو. (راب ياڪچي کنڊ به استعمال ڪري سگهجي ٿي.)





- زخم مان بوءِ يا پورو پاڻياٺ نڪرڻ لڳي يا زخم ڪارو ٿيڻ لڳي يا ڦرڪڻا ظاهر ٿيڻ شروع ٿين، ان صورت ۾ اهو گنگرين به ٿي سگهي ٿو.
- جڏهن اينٽي بايوٽڪ استعمال ڪرڻ سان به بهتر نه ٿئي.

ذهني ڦيٽارو (يادگيريءَ جي خرابي)

ايڊز لڳل ماڻهن ۾ ذهني ڦيٽارو يا تبديلي عام ڳالهه آهي. ڏکهي عرصي کان بيمار ۾ اها غيرمعمولي ڳالهه ناهي، اهي تبديليون دماغ ۾ ايچ آءِ وي انفيڪشن، ٻين سببن وارين انفيڪشن، ڊپريشن يا دوائن جي اثرن سبب اچي سگهن ٿيون.

سور

ايڊز (۽ ڪئنسر جهڙين ٻين خطرناڪ بيمارين ۾ به) جي آخري مرحلن ۾ سور زندگيءَ جو هڪ حصو بڻجي ويندو آهي. اهو سور ڪيترن ئي سببن جي ڪري ٿي سگهي ٿو. جهڙوڪ:

- چرپر جي قابل نه رهڻ
- هرپيس جهڙي انفيڪشن سان
- دٻاءُ وارن زخمن سان
- مٿي جو سور
- ٽنگن ۽ پيرن جي سوڄ
- اعصابي تڪليفون

دوائن بنا سور جو علاج

- سڪون ڏيندڙ ورزشون، مراقبو وغيره
- بيماري کان سواءِ ٻين ڳالهين بابت سوچڻ
- موسيقي يا ڪنهن کان دلچسپ قصا ٻڌڻ
- هٿن ۽ پيرن جي سوڄ سبب سور جي صورت ۾ سڄيل عضوا کڻڻ جي ڪوشش.
- اعصابي سور سبب هٿ پير سڙڻ جي شڪايت هجي ته اهي پاڻي ۾ رکڻ.
- چمڙي ڇهڻ سان تڪليف جو احساس ٿئي ته بستري تي نرم چادر وڇائڻ.
- مٿي ۾ سور هجي ته ڪمري ۾ اونداهي رکو ۽ ڪنهن کي گوڙ ڪرڻ نه ڏيو.
- ڪجهه صورتن ۾ ايڪو پريشر سان آرام ملندو آهي.
- هڪ مرحلو اهڙو ايندو آهي جڏهن ايڊز لڳل فرد لاءِ ڪجهه به نه ڪري سگهبو آهي، اهو مرحلو اُن وقت ايندو آهي، جڏهن:
- جسم ڪم ڪرڻ ڇڏي ڏي.
- طبي علاج اثرائتو نه رهي يا وڌيڪ ممڪن نه هجي
- بيمار پاڻ چوندو هجي ته هو مرڻ لاءِ تيار آهي.
- جيڪڏهن اهڙو بيمار گهر ۾ رهي مرڻ جو خواهشمند هجي ته ڪيس وقار سان مرڻ جو اهڙو ماحول فراهم ڪجي، ان لاءِ ضروري آهي ته ڪيس
- وڌ کان وڌ آرام فراهم ڪجي.
- گهروارن ۽ دوستن سان گڏ رکجيس.
- ڪيس فيصلا ڪرڻ ڏنا وڃن.
- ڪيس مرڻ لاءِ ذهني طور تي تيار ڪجي.

ڪيس موت، مرڻ پڇاڙان فڪرن ۽ ڪٽنب جي آئيندي جي ڳڻتين جو اظهار ڪرڻ ڏجي. ڪيس اهو تاثر نه ڏجي ته هو مرڻ ڪنڌيءَ تي آهي. ڪوشش ڪجي ته هو موت جي حقيقت قبولي. ڪيس پڪ ڏيارجي ته سندس پيڙائن جي ازالي لاءِ هر ممڪن قدم کڻبا. جيڪڏهن هو چاهي ته دفن ۽ ان کان پوءِ جي رسمن تي ساڻس ڳالهائجي.

(موت جي ويجهي ٿيندي مريض، بيهوش ٿي سگهي ٿو، کائڻ پيئڻ ترڪ ڪري سگهي ٿو، ساهه تمام گهڻو آهستي يا تمام گهڻو تيز ٿي سگهي ٿو، ممڪن آهي ته هو ڪاڪوس ۽ پيشاب نه ڪري يا

وري انهن تي ڪنٽرول نہ ڪري سگهي)

ايڊز دنيا جي هر انسان جو مسئلو آهي

هر شخص کي پتو هئڻ گهرجي تہ ايڊز ڪيئن پکڙبي آهي ۽ ان کان بچاءُ جا ڪهڙا طريقا آهن، ان سان گڏوگڏ اهو بہ ضروري آهي تہ هر شخص کي باور ڪرائجي تہ ڪوبہ شخص ايڊز جو شڪار ٿي سگهي ٿو. اهو شخص هو پاڻ بہ ٿي سگهي ٿو. جيڪڏهن ماڻهو اهو سمجهندا تہ کين ايڊز نٿي ٿي سگهي تہ ان جي بچاءُ بابت بہ نہ سوچيندا ۽ نہ وري بچاءُ جون تدبيرون ڪندا. ڪنهن خاص گروپ جهڙوڪ جسم فروشن، هم جنس پرستن يا نشو واپرائيندڙن کي ايڊز پکيڙڻ جو ذميوار ليکڻ سان ٻيا ماڻهو اهوئي سوچيندا آهن تہ ان قسم جا ماڻهو ئي ايڊز جو شڪار ٿي سگهن ٿا. اهو درست آهي تہ ڪجھ ماڻهن جهڙوڪ جسم فروشن ۾ ايڊز جو امڪان وڌيڪ هوندو آهي پر ٻيا ماڻهو خاص طور تي نوجوان عورتون ايڊز جو وڌيڪ جوکم رکن ٿا ۽ ان لاءِ ضروري آهي تہ معاشري جو هر فرد ايڊز خلاف جدوجهد ۾ شريڪ ٿئي. اها ڳالهہ ياد رکڻ ضروري آهي تہ انهن حالتن خلاف ويڙهاند ڪئي وڃي جيڪي ايڊز پکيڙڻ جو سبب بڻجن ٿيون. اها جنگ انهن ماڻهن خلاف نہ هجي جيڪي ايڊز جو شڪار آهن.

تبديلي ڪيئن اچي سگهي ٿي! معاشري ۾ ايڊز کان بچاءَ لاءِ ڪيئن پاڳي پائيوار ٿي سگهجي ٿو؟

تعليم ئي اُهو بنيادي ذريعو آهي جيڪو ڪنهن معاشري ۾ ايڊز جون راهون روڪي سگهي ٿو، ان ڏس ۾ ڪجھ تجويزون هيءُ آهن:

- ڇوڪرين ۽ عورتن کي خاص طور تي تربيت ڏني وڃي. اهي عورتون ٻين کان ڌار يا گروپ جي صورت ۾ خيالن جي ڏي وٺ ڪري پنهنجي جسم ۽ جنسي جذبي جو مفهوم سمجهي سگهن ٿيون، کين محفوظ جنسي عمل جي ضرورت جو احساس ڏياري سگهجي ٿو. ان کان سواءِ منجهن خوداعتمادي پيدا ڪري سگهجي ٿو:
- عورتن کي درپيش ايڊز جي خطري کان چڱي ريت آگاهہ ڪيو وڃي، ماڻهن کي ٻڌايو وڃي تہ ايڊز جا بنياد غربت ۽ جنسي ناتن ۾ عورت جي بي اختيار هئڻ ۾ آهن.
- ٿيٽر ۽ ميڊيا ذريعي عورتن کي احساس ڏيارجي تہ ايڊز بابت ڄاڻڻ ۽ ان کان بچاءُ جا طريقا ڄاڻڻ ڪيترو ضروري ڪم آهي. ڪنهن ڊرامي يا ڪتاب ۾ ڏيکاري سگهجي ٿو تہ ايڊز جي موضوع تي عورتون پنهنجي مڙسن سان ڳالهہ ٻولهہ ٿيون ڪن. هو کين ڪنڊوم جي استعمال جو چئي سگهن ٿيون.

مردن کي بہ تربيت ڏجي تہ هو گهمندي ڦرندي ڏورانهن علائقن جي ماڻهن کي ايڊز جي خطرن ۽ حفاظتي تدبيرن کان آگاهہ ڪن.

ان سان گڏوگڏ مختلف طريقن سان مردن ۽ عورتن کي احساس ڏياري سگهجي ٿو تہ اهي ڳالهيون ڄاڻڻ هنن لاءِ ڪيتري قدر اهم ۽ ڪارائتيون آهن. مردن کي بي راهہ رويءَ جي انجام کان واقف ڪجي. کين ٻڌايو وڃي تہ جنسي بي راهہ روي خود سندن واسطي ۽ عورتن لاءِ ڪيتري قدري خطرناڪ آهي.

- مائٽ، استاد ۽ ٻيا بالغ، جنس ۽ ايڊز جي

موضوع تي نئين نسل سان ڳالھ ٻولھ ڪري سگھن ٿا.

- ان ڳالھ کي يقيني بڻائجي تہ سيني ماڻھن جي ضروري ڄاڻ ۽ جنسي صحت جي خدمتن تائين رسائي هجي. هو ايڊز پکڙجڻ خلاف ويڙهاند ۾ پاڻ بہ عملي قدم (ڪنڊوم جو استعمال) کڻن.

- سماجي ادارن، اجتماع جي هنڌن جھڙوڪ هوٽلن، ڪلبن، تعليمي ادارن، مذهبي اجتماعن ۽ قومي مرڪزن ۾ ايڊز جي حوالي سان تعليم جو بندوبست ڪيو وڃي.

جيڪڏهن اوهان صحت ڪارڪن آهيو تہ ...

ايڊز خلاف جنگ ۾ صحت ڪارڪن اهم ڪردار ادا ڪري سگھن ٿيون، جيڪڏهن اوهان صحت ڪارڪن آهيو تہ هيءُ سڀ ڪجھ ڪري سگھو ٿيون:

- ماڻھن کي ٻڌايو تہ ايڊز ڪيئن پکڙجي ٿي. اُهي ڪھڙيون ڳالھيون آهن جن تي عمل سان ايڊز نہ پکڙبي. اهڙن ماڻھن کي خاص طور تي اها ڄاڻ فراهم ڪجي جيڪي جنسي طور تي منتقل ٿيندڙ مرضن جو شڪار هجن.

- وڌ کان وڌ ماڻھن کي ڪنڊوم استعمال ڪرڻ تي مائل ڪجي، انهن ماڻھن کي بہ جيڪي ڪٽنبي رٿابنديءَ جا ٻيا طريقا استعمال ڪري رهيا هجن.

- جن ماڻھن سان اوهان جو واسطو پوي، ايچ آءِ وي انفيڪشن کان بچاءُ جون احتياطي تدبيرون ضرور اختيار ڪريو. ايچ آءِ وي لڳل ڪيترائي ماڻھو ظاهري طور تي تندرست نظر ايندا آهن. ان ڪري بھتر ٿيندو تہ ڪنهن تي شڪ ڪرڻ بنا احتياط کان ڪم ونجي. جڏهن بہ ڪا چمڙي وڍجي يا جسم مان نڪرندڙ رطوبتن کي ڇُهجي، ڏنل هدايتن تي عمل ڪجي. انهن هدايتن تي اوڏي مهل بہ عمل ڪجي جڏهن ڪنهن کي انجيڪشن هڻجي، زخم کي ٽانڪا هڻجن، ٻار ڄڻائڻ ۾ هٿ ونڊائجي يا ڪنهن خاتون جي مخصوص عضوي جو معائنو ڪجي.

- صحت جون خدمتون، نجي طور تي، رازداريءَ ۽ هر فرد جي رسائي لائق بڻايو، نئين نسل کي بہ نظرانداز نہ ڪجي.

- پنهنجي علائقي جي صحت ڪارڪن سان علاقائي ايڊز تنظيم جي ڪنهن ذميوار جي ملاقات جو اهتمام ڪجي. هو ايڊز لڳل ماڻھن کي ٿيندڙ انفيڪشن جي علاج

عورتون ڪھڙي ريت گڏجي پنهنجو پاڻ کي ايڊز کان بچائي سگھن ٿيون؟

ايڊز خلاف جدوجھد ڪندي اتر اوڀر برازيل جي هڪ ننڍڙي ڳوٺ جي عورتن ”سيڪس اسٽرائيڪ“ (جنس- هڙتال) جو مظاهرو ڪيو، جڏهن کين پتو پيو تہ ڳوٺ ۾ موجود هڪ شخص ايچ آءِ وي هئڻ جي باوجود جنسي ميلاپ جي غيرمحفوظ طريقن تي عمل ڪري رهيو آهي تہ هنن اجتماعي طور تي پنهنجن مڙسن سان جنسي تعلق ختم ڪري ڇڏيو. هنن گھر ڪئي تہ سندن مڙس جنسي تعلق بحال ڪرڻ لاءِ ايچ آءِ وي ٽيسٽ ڪرائين ۽ جنس جا محفوظ طريقا اختيار ڪن. هاڻ اُتي جون عورتون جنسي تعلق کان اڳ محفوظ طريقي سان جنسي عمل سان گڏوگڏ ايچ آءِ وي ٽيسٽ جي رپورٽ گھرن ٿيون. هڪ عورت جو چوڻ آهي تہ جيڪڏهن سندس مڙس جنسي عمل جي محفوظ طريقن تي عمل نہ ڪندو تہ هوءَ ڪائنس ڌار ٿي ويندي.

جا بهتر طريقا سمجهائي سگهي ٿو. ايڊز لڳل فردن کي لاحق ٿيندڙ ٻين مسئلن تي خيالن جي ڏي وٺ ڪريو. ان ڳالهه جو تعين ڪريو ته اوهان وٽ موجود وسيلا ڪهڙي ريت وڌ کان وڌ ماڻهن جي ڪم اچي سگهن ٿا ۽ اهو ته ماڻهن جون ضرورتون پوريون ڪرڻ لاءِ وڌيڪ وسيلا ڪهڙي ريت حاصل ڪري سگهجن ٿا. جيڪڏهن صحت ڪارڪن گڏجي ڪم ڪن، وسيلا گڏجي استعمال ڪن ته ان پيانڪ مسئلي کي چڱي ريت منهن ڏئي سگهجي ٿو. ان ريت ڪين اڪيلو هڻڻ يا ٻي واهرو هڻڻ جو احساس به نه ٿيندو.

جيڪڏهن هر صحت ڪارڪن هڪ جيتري جاڻ ۽ خدمتون فراهم ڪري ته ان ريت جاڻ حاصل ڪرڻ جي خواهشمند ماڻهن کي سولائي ٿيندي ۽ هو بهتر کان بهتر جي ڳولا ۾ وقت، سرمائي ۽ توانائي ضايع ڪرڻ کان بچي پوندا.

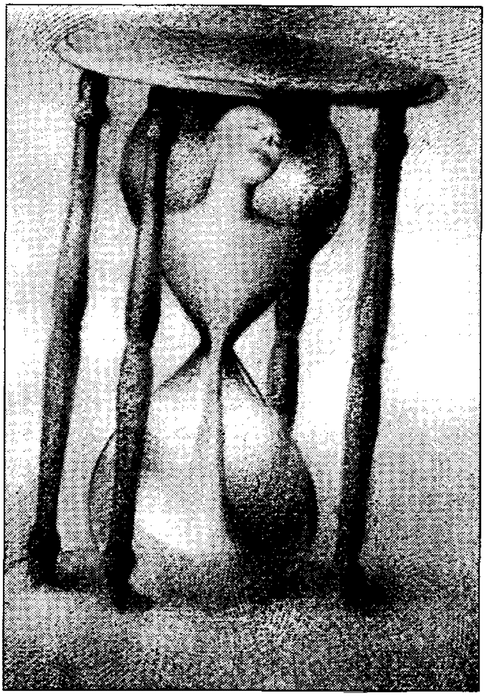
ايڊز بابت ماڻهن جي ڊپ ۽ منفي رويي خلاف جنگ ڪجي

ان جو هڪ سنو طريقو اهو آهي ته سڀ کان اڳ پنهنجي علائقي جي ٻين صحت ڪارڪنن کي گڏ ڪري ساڻن ايڊز جي موضوع تي خيالن جي ڏي وٺ ڪجي. ڪين ايڊز بابت اُهي سموريون ڳالهيون سيکارجن جيڪي ڪين ٻين ماڻهن تائين درست ۽ ضرورت موجب جاڻ فراهم ڪرڻ جي لائق بڻائين. جيڪڏهن سمورا صحت ڪارڪن هڪ جهڙي ۽ درست جاڻ فراهم ڪندا ته ان ريت ايڊز بابت غلط ڳالهيون نه پکڙبيون، ماڻهو ڪنهن ايڊز لڳل شخص کان ڊپ نه ڪندا، سندن سارسنڀال ڪندڙ ڪانئن نه ڊڄندا ۽ ايڊز لڳل فرد معاشري لاءِ قبوليت جوڳا بڻجي ويندا. ان ريت ايڊز لڳل فرد به ايڊز ۾ مبتلا ٿيڻ جو امڪان يا جوکم رکندڙن لاءِ رهنما ۽ مددگار بڻجي ويندا.

ڪنهن صحت ڪارڪن جي همدردي ۽ رويو ٻين ماڻهن جي ايڊز لڳل فردن سان ورتاءُ ۾ تبديلي آڻي سگهن ٿا. جڏهن ڪنهن ايڊز لڳل فرد سان اوسي پاسي جي ماڻهن جو رويو تبديل ٿيندو ته سندس حوصلو وڌندو. اهڙو فرد پنهنجي معاشري ۾ رهي پنهنجي گهر جي ڀاتين ۽ دوستن جي مدد سان ايچ آءِ وي/ ايڊز خلاف مزاحمت ڪري سگهندو. □

20 طريقا جن سان ايڊز نٿي لڳي

1_ ميجر جي چڪ هڻڻ سان
2_ ڀاڪر پائڻ سان
3_ پيار ڪرڻ سان
4_ چڪ يا ڪنگهه سان
6_ رت جو عطيو ڏيڻ سان
7_ نل يا جهرڻي جو پاڻي پيئڻ سان
8_ دروازي جو ڪڙو يا هينڊل ڇُهڻ سان
9_ جانور کي ٽيڪي ڏيڻ سان
10_ رقم جي ڏيتي ليتي سان
11_ احتياطي تڪو هٽائڻ يا طبي جاچ دوران رت ڏيڻ سان.
12_ گڏ ماني کائڻ سان
13_ هٿ جهلڻ سان
14_ هڪ ئي ڪاڪوس استعمال ڪرڻ سان
15_ رانديڪن سان
16_ استعمال ڪيل ٽشو ڇُهڻ سان
17_ وار ڪترائڻ سان
18_ تلاءُ يا سوئمنگ پول ۾ وهنجڻ سان
19_ ايڊز لڳل سان ڪمري ۾ ويهڻ سان
20_ ايڊز لڳل جا ڳوڙها اُگهڻ سان.



صنفي مت ڀيد

ايڊز پکڙجڻ جو هڪ اهم سبب

رفعت محمد

جيڪڏهن عورتن ۾ ايڊز جو انفيڪشن محدود ۽ ختم ڪرڻو آهي ته مردن کي عورتن سان گڏجي صنفي مت ڀيد ختم ڪرڻو پوندو.

عالمي صحت تنظيم جو چئڻ آهي ته سڄي دنيا ۾ ايڊز تيزيءَ سان پکڙجي رهي آهي. ايڊز جي شڪارن ۾ مرد ۽ عورت ٻئي شامل آهن. هڪ ڏاڍو اڳ عورتن جي ايڊز جو شڪار ٿيڻ جا واقعا ٿورڙا هئا پر هاڻ هو ان طوفان جي زد ۾ ايتري حد تائين آهن جو ڪيترين ئي حڪومتون ان حوالي سان هنگامي اُپاءُ وٺڻ تي ويچاري رهيون آهن. عالمي صحت تنظيم موجب ايڊز جي وائرس جي متاثر ٿيندڙ بالغ فردن ۾ اڌ عورتون آهن. ان جو مطلب اهو ٿيو ته هر سال ايڊز جو شڪار ٿيندڙ عورتن جو تعداد هزارين يا هڪ اڌ لک نه پر ڪروڙن ۾ آهي. 1994ع ۾ ڏهه لک کان وڌيڪ عورتون ايڊز جو شڪار ٿيون. اڄ دنيا ۾ اهڙين عورتن جو تعداد 70 کان 80 لک آهي ۽ ان تعداد ۾ ڏينهون ڏينهن اضافو ٿي رهيو آهي. هڪ محتاط ڪاٿي موجب سن 2000ع تائين ايڊز لڳل عورتن جو تعداد هڪ ڪروڙ چاليهه لک کان وڌي ويندو ۽ اهو ته منجهائن 40 لک اجل جو شڪار ٿي چڪيون هونديون.

اهو رڳو اتفاق ناهي ته مخالف صنفن جي باهمي رغبت جو عمومي رجحان رکندڙ جن ملڪن ۾ ايڊز جومرض سڀ کان وڌيڪ تيزي سان پکڙجي رهيو آهي انهن

محتاط ڪاٿي موجب سن 2000ع تائين ايڊز ڪان متاثر عورتن جو تعداد هڪ ڪروڙ چاليهه لک ڪان وڌيڪ ٿي چڪو هوندو ۽ انهن مان 40 لک اجل جو ڪاڄ بڻجي چڪيون هونديون.

۾ عورتون انتهائي خراب حالتن ۾ زندگي گهارين ٿيون يا ايئن ڪرڻ تي مجبور آهن.

صنفي مت ڀيد جن عورتن کي تعليم، ملڪيتي حق ۽ ٻين حقن ۽ وسيلن ڪان محروم ٿو رکي، اُهي ئي غيرمعمولي حد تائين ايڊز جي مرض جي زد ۾ هونديون آهن. ايڊز جي وائرس بابت سندن ڄاڻ تمام گهٽ ۽ اڻپوري هوندي آهي. معاش جي حوالي سان ٻه هنن لاءِ امڪان تمام گهڻا محدود هوندا آهن. ڏوڪڙ، خوراڪ ۽ اجهي لاءِ ڪين جسم فروشيءَ جو سهارو وٺڻو پوندو آهي.

جسم فروشي ڪندڙ عورتون ايڊز جي وائرس جو تمام گهڻو سولو شڪار آهن. جسم فروشيءَ بابت قانون ۽ عمومي سماجي رويو انهن عورتن کي انهيءَ خطرناڪ مرض بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ ڪان روڪي ٿو. هو سرڪاري ادارا، غيرسرڪاري تنظيمن ۽ "دنيا جهان ڏنل" عورتن ڪان ان ڏس ۾ ڪجهه پڇڻ ڪان ڪيٻائين ٿيون. مسئلو اهو آهي ته جيڪڏهن انهن عورتن کي ايڊز بابت تفصيلن جي ڄاڻ هجي تڏهن ٻه هو پنهنجي گراهڪن کي محفوظ تر جنسي عمل لاءِ ڪنڊم استعمال ڪرڻ جي صلاح ڏيڻ ڪان ڪيٻائينديون ڇاڪاڻ جو ان صورت ۾ گراهڪ ناراض ٿي سگهي ٿو. ڪجهه ملڪن ۾ هڪ ٻيڙا پري صورتحال اها آهي ته ڪنهن عورت جي جسم فروش هئڻ جو ان ڪان وڌو ڪو ثبوت ٿو ٿئي ته هن وٽان ڪنڊوم نڪتا هجن!

معاشي محرومين ۽ ڏکيائين ڪان سواءِ جسم فروشي ۽ عورتن جي ڪمتر حيثيت وچ ۾ تعلق سگهارو ڪرڻ جي ڏس ۾ ٻيا ٻه ڪيترائي عوامل ٿين ٿا. تمام گهڻن معاشرن ۾ ڪمتر درجي جو مطلب اهو آهي ته عورتن تي جنسي طرز عمل جو حوالي سان معيار مردن جي ڀيٽ ۾ وڌيڪ سختيءَ سان مڙهيا وڃن ٿا. عورتون جيڪڏهن انهن معيارن ڪان هٽڻ چاهين ته سندن جيئڻ حرام ڪيو ٿو وڃي. جيڪڏهن ڪنهن عورت جا ناجائز جنسي ناتا هجن ته ڪيس ڌڪار سان ڏٺو وڃي ٿو، جڏهن ته ناجائز جنسي ناتا رکندڙ مرد کي نه ڪجهه چيو ويندو آهي ۽ نه ئي مٿس ڪا پابندي مڙهي ويندي آهي. عورتن سان مت ڀيد واري ورتاءَ جو اهو بدترين مثال آهي.

محفوظ جنسي عمل جو معاملو عورتن لاءِ هڪ تمام وڏي گهوٽالي جي صورت اختيار ڪري چڪو آهي. ڪيترن ئي ملڪن ۾ رڳو ان عورت کي عزت ۽ قدر جي نگاهه سان ڏٺو ويندو آهي جيڪا اولاد جي نعمت سان مالامال هجي. ٻار پيدا ڪرڻ جي صلاحيت کي هڪ تمام وڏو اثاثو ليکيو ويندو آهي، جن ملڪن ۾ ايچ آءِ وي وائرس ان وبا جا شديد خطرا پيدا ڪيا آهن، اُتي عورتن جو بنيادي مسئلو اهو آهي ته محفوظ جنسي تعلق ۽ اولاد جي خواهش مان ڪنهن هڪ جي چونڊ ڪجي. اڪثر ملڪن ۾ معاملو ڪجهه ان ريت آهي جو جيڪڏهن ڪا عورت اولاد جي

تعداد ۾ اضافي جي خواهشمند نہ هجي تڏهن بہ ڪيس ٻين جي دٻاءُ تي اولاد جي تعداد ۾ اضافو ڪرڻو پوي ٿو.

سڄي دنيا ۾ عورتن جي حوالي سان اها ذهنيت عام آهي تہ دنيا جي هر سهولت ۽ آسائش لاءِ قيمت جي ادائيگي هوءَ جسم وڪڻي ڪري سگهي ٿي. ايڊز زندگيءَ جي لائحي عمل کي هاڻ موت جي لائحي عمل ۾ تبديل ڪري ڇڏيو آهي. ان جو سبب اهو آهي تہ عورتون پنهنجو پاڻ کي انفيڪشن کان بچائڻ ۾ ورلي ڪامياب ٿين ٿيون.

دنيا جي ڪنهن بہ ٻئي گهوٽالي جيان ايڊز جي وبا بہ اها ڳالهہ واضح طور تي بيان ڪري ٿي تہ عورتن کي گهٽ حيثيت ڏيڻ ۽ دنيا جي اڌ آباديءَ کي ناانصافيءَ جو شڪار بنائڻ انتهائي وڏو ناحق آهي.

معاشرن جي عمومي ورتاءُ عورتن لاءِ محفوظ جنسي عمل کي تقريبا ناممڪن بڻائي ڇڏيو آهي. جنهن جو نتيجو اهو نڪتو آهي جو هو پهرين پاڻ ايڊز جي انفيڪشن جو شڪار ٿين ٿيون ۽ پوءِ اها بيماري سڄي معاشري ۾ پکڙجي ٿي. جيڪي ماڻهو عورتن کي ايڊز کان محفوظ رکڻ جا اُپاءَ ٿا وٺن سي اصل ۾ پنهنجي لاءِ ئي مصيبتن جي راهہ هموار ڪن ٿا.

جيڪڏهن عورتن ۾ ايڊز جو انفيڪشن محدود يا ختم ڪرڻو آهي تہ مردن کي عورتن سان گڏجي صنفي فرق ختم ڪرڻو پوندو. ان کان سواءِ عورتن کي ڪمتر سمجهڻ ۽ اهڙو ثابت ڪرڻ جي ذهني روش جي پاڙ پٽڻ جا طريقا ڳولهڻ اٿر آهي. ڪنهن بہ ملڪ جي پاليسي جوڙيندڙن ۽ پنهنجو پاڻ کي عوام جو اڳواڻ ظاهر ڪندڙن جو فرض آهي تہ هو عورتن جي معاشي حيثيت ۽ ايڊز جي انفيڪشن واري تعلق کي سمجهڻ ۽ ان موجب قدم کڻڻ جي ڪوشش ڪن. مردن ۽ عورتن کي پاڻ ۾ ناتن ۽ رشتن جي نوعيت تي بہ نئين سر غور ڪرڻو پوندو.

مردن ۽ عورتن وچ ۾ اڻ برابري، ايڊز جي پکڙجڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪري ٿي. جيستائين ايچ آءِ وي انفيڪشن ۽ عورتن جي معاشي ۽ سماجي حقن ۽ ضرورتن وچ ۾ تعلق کي سمجهيو ۽ تسليم نہ ڪيو ويندو تيستائين عورتن ۾ ايڊز جي روڪٿام جي مقصد جي حصول ۾ مدد نہ ملندي. ايڊز جي انفيڪشن روڪڻ لاءِ اٿر آهي تہ معاشري جي تاڃي پيٽي جو نئين سر جائزو ورتو وڃي هر معاشري جي معاشي ۽ سماجي مونجهارن کي سمجهڻ جي ڪوشش ڪئي وڃي، عورتن جي حالت بهتر بنائڻ تي ڌيان ڏنو وڃي ۽ ان سان گڏوگڏ اڻ برابري ۽ صنفي مت ڀيد تي ٻڌل سلوڪ ختم ڪيو وڃي.

عورتن کي ايڊز کان محفوظ رهڻ جي قابل بنائڻ لاءِ حڪومتن ۽ عالمي ادارن جو فرض آهي تہ محفوظ جنسي عمل لاءِ ڪنڊوم جي اهميت جي حوالي سان عورتن ۾ شعور پيدا ڪن. ڇوڪرين جي تعليم ۽ عورتن جي روزگار جا بهتر موقعا پيدا ڪن. ان ڳالهہ جي شديد ضرورت آهي تہ ايڊز ۾ وڪڙيل جسم فروش عورتن کي ڪنڊوم استعمال ڪرڻ لاءِ همٿائجي تہ جيئن سندن بيماري سندن گراهڪن وسيلي سندن زالن تائين منتقل نہ ٿئي.

ايڊز جي وائرس کان متاثر ٿيل عورتن ۽ اولاد جي نعمت سان مالامال انهن عورتن کي ڀرپور مدد فراهم ڪرڻ جي وڏي ضرورت آهي. ان ڏس ۾ حڪومتن،

باقي صفحي 65 تي

ايـــڊز

چهره به چهره روبرو

سڄي دنيا ۾ ايڊز جي شڪار ماڻهن جا ڏکوئيندڙ داستان

ايچ آءِ وي انفيڪشن سان ايڊز تائين جو سفر اڪثر اڻچاتل رهي ٿو، پر ايڊز کان موت تائين جو سفر انتهائي ايذاءَ بيوسي ۽ لاچاري وارو ثابت ٿئي ٿو. شرم، لاتعلقي ۽ بيوسي رڳو هڪ فرد جي نه ٿيندي آهي. اها سڄي ڪٽنب کي پنهنجي لپيٽ ۾ وٺي ٿي. معصوم ٻار ۽ مظلوم عورتون سڀ کان وڌيڪ متاثر ٿين ٿا. معاشرو لاتعلق بڻجي ويندو آهي، درد جو درمان ڪٿي به نظر نٿو اچي ۽ آئيندو ڊپ جي سرد اونداهيءَ جي صورت ۾ سامهون بيهي ٿو. هن خاص شماري لاءِ اسان سڄي دنيا مان ڪجهه حقيقي داستان جمع ڪيا آهن جيڪي ايڊز جي شڪار ٿيندڙ فردن ۽ سندن ڪٽنب جي پاتين جي پيڙا ۽ اهنج، ويچارپڻي ۽ معاشري کان ڇني ڌار ٿيڻ جي پيڙا ڀرئي احساس جا ڇٽ ڇٽين ٿا. سهيڙيندڙ

ننڊپڻ جو عذاب

انهن ٻن ٻارن جي ڄمار 10 ۽ 12 سال آهي جيڪي پنهنجي ماءُ جي سارسنڀال ڪن ٿا. سندن ماءُ سندن اکين آڏو ايڊز هٿان مري پئي. ٻئي ٻار صبح جو اسڪول وڃڻ لاءِ پاڻ تيار ٿين ٿا. اسڪول مان واپس اچي ماءُ لاءِ اهڙو نرم کاڌو تيار ڪندا آهن جيڪو هوءَ سولائي سان ڳڙڪائي سگهي. ڪيس هنج ۾ ڪٽي ويهنجڻ واري تب تائين ڪٽي ٿا وجن، وينجهڻ کان پوءِ نرم ٽوال سان آهستي آهستي پنهنجي ماءُ جو جسم خشڪ ڪندا آهن. سندس ماءُ جو جسم ڦٽن سان ڀريل آهي. پوءِ هو ڪيس احتياط سان بستري تي ليٽائين ٿا.

جڏهن اوهان جي ماءُ مرڻ ڪنديءَ تي هجي، اوهان جو ڪٽنب ٽٽي وڪري چڪو هجي ۽ اوهان ماءُ جي بيماريءَ بابت ڪنهن کي ٻڌائيندي ڊنل هجو ته اوهان ڪيستائين اسڪول وڃي سگهو ٿا ۽ پنهنجي تعليم ڪيئن مڪمل ڪري سگهو ٿا؟

سڄي ڪٽنب جو هاڃو

هو 25 سالن جو نوجوان هو پر لڳو 40 سالن جو ٿي. ايڊز جي تصديق کان پوءِ هڪ سال کان به گهٽ عرصي ۾ سندس اهو حال ٿيو هو. هو گهر وڃڻ لاءِ تيار نه هو. هن چاهيو ٿي ته گهروارن کان پري اڪيلو رهي پر هو سدائين لاءِ اسپتال ۾ رهي نٿي سگهيو. ڪيس هڪ ڏينهن گهر وڃڻو پوندو، سندس گهروارن کي سندس سارسنڀال ڪرڻي پوندي ۽ سندس بيماري سبب پيش ايندڙ مسئلن کي منهن ڏيڻو پوندو. نوجوان جي ماءُ ماسترياڻي آهي. هن پنهنجي پٽ جي بيماري بابت ڪنهن کي به نه ٻڌايو آهي. ماءُ جو چوڻ آهي ته "جڏهن هو گهر ايندو ته اهو لڪائڻ ممڪن نه هوندو ته ڪيس ايڊز آهي ۽ مون کي قطعي اندازو ناهي ته پاڙي جا ماڻهو ۽ اسان جا دوست يار ڪهڙو ردعمل ڏيکاريندا.

مون هڪ ئي مرد سان پيار ڪيو ۽ ايڊز جي شڪار ٿيس

آءٌ هڪ ننڍڙي ڳوٺ ۾ رهندي هئس. معاشي ضرورتن سبب مون کي راڄڌاني ريوڊيجنيرو اچڻو پيو ۽ اُتي گهريلو نوڪري ڪرڻ لڳيس.

مون کي تمام گهڻو ڪم ڪرڻو ٿو پوي. مون وٽ ايترو وقت ئي نہ بچندو آهي جو مردن سان سنگت رکان. آءٌ ڪيٿولڪ عيسائي آهيان ۽ ڇگي خاصي مذهبي آهيان. ڇهہ سال اڳ منهنجي ملاقات انتونيو سان ٿي. اسين هفتي ۾ هڪ ڀيرو ملندا هئاسين. منهنجي زندگيءَ ۾ هو واحد مرد هو.

مون کي ايڊز بابت ڪو پتو نہ هو. مون ڪڏهن بہ ڪنڊوم جا اشتهار ڏٺا هئا. منهنجو خيال هو تہ ڪنڊوم انهن عورتن جو مسئلو آهي جن جا گهڻا مرد يار هجن. ڪٽنبي رٿابنديءَ لاءِ گوريون استعمال ڪندي هئس. ان دوران مون کي نمونيا ٿي جيڪا علاج جي باوجود نيڪ نہ پئي ٿي. ڊاڪٽر مون کي رت جي چڪاس ڪرائڻ لاءِ چيو، جنهن ۾ ظاهر ٿيو تہ مون کي ايڊز لڳي چڪي هئي. ايئن لڳم ڄڻ اها ٽيسٽ جي رپورٽ نہ پر منهنجي موت جو پروانو هجي.

ايڊز جي مريضن جي واهر ڪندڙ عورت ٻڌايو تہ هوءَ ايچ آءِ وي جا ڪيترائي اهڙا مريض سڃاڻي جيڪي پنهنجي زندگيءَ ۾ نظم و ضبط پيدا ڪري وڏيڪ عرصو جيئرو رهي سگهيا آهن.

ان دوران انتونيو گم ٿي ويو. ڪا خبر نہ اٿم تہ جيئرو بہ آهي يا نہ، منهنجو خيال آهي تہ کيس بہ ايڊز بابت ڪا گهڻي خبر نہ هئي، هو شايد نشي جو بہ عادي نہ هو. هو محنتي ڪارڪن هو پر مرد اهڙا ئي ٿيندا آهن. هو سنگت رکندا آهن ۽ پنهنجي بيماري عورتن کي منتقل ڪري هليا ويندا آهن.

(برازيل جي 34 سالن جي مارگريڊيا (اصل نالو ناهي) جي لکڻيءَ کان ورتل)

سيتا جي ڪهاڻي

سيتا جو تعلق نيپال جي هڪ برهمڻ ڪٽنب سان آهي. اٺن سالن جي هئي جو سندس والد گذاري ويو. سندس پياءُ ڳوٺ جي اسڪول ۾ پڙهندو هو. 13 ورهين جي ڄمار ۾ سيتا پنهنجي گهروارن سان گڏجي ميلي ۾ وئي، اُتي وڏو هجوم هو. هوءَ پنهنجي ماءُ ۽ پياءُ کان وڇڙي وئي. ميلي جي هجوم ۾ حيران پريشان پنهنجي ماءُ ۽ پياءُ کي ڳولهيائين ٿي جو کيس هڪ مهربان مائي ملي وئي. عورت کيس آٿت ڏني ۽ چيائين تہ هوءَ کيس سندس گهر ڇڏي ايندي. تنهن ڏينهن سانجهي ٿي چڪي هئي ان ڪري عورت چيو تہ هو ايندڙ ڏينهن روانا ٿيندا.

ايندڙ ڏينهن سيتا پنهنجي گهر وڃڻ لاءِ عورت سان گڏ بس تي سوار ٿي. سفر دوران عورت سيتا کي پيئڻ لاءِ شربت ڏنو. شربت پي هوءَ گهري ننڊ پئجي وئي، اک کليس تہ پنهنجو پاڻ کي هڪ نئين هنڌ ڏٺائين ۽ "مهربان" عورت گم ٿي چڪي هئي. کيس ٻڌايو ويو تہ هوءَ ڪلڪتي جي ڳاڙهي بازار ۾ هئي ۽ کيس وڪڻيا

بنائڻ لاءِ وڪرو ڪيو ويو آهي.

سيتا وئشيا ٿيڻ لاءِ تيار نہ هئي ۽ ڪاڏي پيتي ڪان انڪار ڪيائين. هن روئندي دانهيندي فرياد ٿي ڪئي تہ ڪيس گهر وڃڻ ڏنو وڃي. ڪوٺي جي نائڪا جو چوڻ هو تہ جيڪڏهن سيتا مٿس خرچ ڪيل رقم موٽائي ڏئي تہ هوءَ واپس وڃي سگهي ٿي، هڪ رات وئشيا گهر جي هڪ مرد سندس لڄالٿ ڪئي. سيتا بيوس هئي، گناه جي زندگيءَ ڪان سواءِ وٽس ڪو ٻيو چارو نہ هو.

هڪ ڏينهن پوليس بازار تي ڇاپو هنيو. ٻين عورتن سان گڏ سيتا بہ گرفتار ٿي ۽ ڪيس واپس نيپال اُماڻيو ويو. اُتي ڪيترين ئي تنظيمن سندس آڌرڀاءُ ڪيو، انهن تنظيمن جنس جي ڪاروبار لاءِ وڪرو ٿيل عورتن جي ڀلائي واسطي ڪم ٿي ڪيو. ڪيس هڪ بحاليءَ واري گهر ۾ ترسايو ويو جتي سندس سارسنڀال ٿيڻ لڳي، ان مرڪز ۾ سيتا کي مختلف هنر بہ سيکاريا ويا. ڪجھ عرصي ڪان پوءِ هڪ ڊاڪٽرياڻي ۽ تنظيم جي ڪارڪن ڪيس صلاح ڏني تہ هوءَ پنهنجو رت چڪاس ڪرائي. رت جي چڪاس واري رپورٽ پريشان ڪندڙ هئي. سيتا ايڇ آءِ وي پازيٽو هئي. تنظيم جي ميمبرياڻيءَ سيتا کي آٿت ڏني تہ هوءَ پريشان نہ ٿئي، اها بيماري لڳڻ ۾ سندس پنهنجو ڪو ڏوھ نہ هو.

ڪجھ مهينن ڪان پوءِ سيتا کي چيو ويو تہ هوءَ پنهنجي گهر جو ڏس ڏي تہ جيئن سندس گهرڀاتين کي ڳولهي سگهجي. سيتا جو چوڻ هو تہ هوءَ گهر موٽي پنهنجي ڪٽنب جي بدناميءَ جي سبب نٿي بڻجڻ چاهي. تنظيم وارن جوچوڻ هو تہ هوءَ سڄي زندگي مرڪز تي رهي نٿي سگهي، ان ڪري ڪيس واپس وڃي پنهنجي ڪٽنب سان گڏ نئين زندگي شروع ڪرڻي پوندي.

جڏهن سيتا جي گهرڀاتين کي سندس بابت پتو لڳو تہ سندس ماءُ سيتا سان ملڻ آئي، پياءُ سيتا سان ملڻ ڪان انڪار ڪيو. سندس چوڻ هو تہ هو هڪ عزت ڀريو ماڻهو آهي ۽ سيتا هُن لاءِ مري چڪي آهي. تنظيم وارن ڳوٺ وڃي سيتا جي پياءُ سان ملاقات ڪري ڪيس سمجهايو. نيٺ اهو طئي ٿيو تہ سيتا گهر اچڻ ڪان پوءِ ڪنهن سان بہ ذڪر نہ ڪندي تہ هوءَ ڀارت وئي هئي ۽ اُتان واپس آئي آهي.

هاڻ سيتا پنهنجي ڳوٺ ۾ رهي ٿي، هوءَ ڳوٺ جي ٻارن کي پڙهائي ٿي، هن ڳوٺ جي اسڪول ۾ هڪ ننڍڙو دڪان بہ کوليو آهي ان دڪان لاءِ ڪيس تنظيم قرض ڏنو هو.

(هيءُ سچو واقعو هڪ نيپالي ڇوڪريءَ جو آهي جنهن ۾ نالو تبديل ڪيو ويو آهي)

(سعديہ احمد جي مقالي ”ايڇ آءِ وي/ ايڊز ۽ ٻار“ تان ورتل)

لوآنا جي ڪهاڻي

اسان جي شادي 1991ع ۾ ٿي هئي. منهنجي ڌيءَ اڃان ڇهن مهينن جي هئي جو مون کي شديد زڪام ٿي پيو، نڙي سڄي پئي ۽ تيز بخار ٿي پيم. پنهنجي ڪمپنيءَ جي ڊاڪٽر وٽ ويس تہ هن چيو تہ توکي ڪئنسر آهي يا وري ايڊز.

اهو ٻڌي آءٌ دنگ رهجي ويس. ڪو ڪلاڪ ٻن ڪان پوءِ حواس جاءِ تي آيم ۽ ڳالهائڻ جي قابل ٿيس.... ڊڄندي ڊڄندي پنهنجي مڙس سان ڳالھ ڪيم تہ سندس

روبو حوصلو وڌائيندڙ هو. هن چيو ته ڊاڪٽر شايد غلط اندازو لڳايو آهي ۽ ممڪن آهي ته توکي ٻنهي مان ڪا بيماري نه هجي.

اسان ٻنهي پنهنجو رت چڪاس ڪرايو. ان جو نتيجو مثبت هو، جنهن جو مطلب اهو هو ته اسان ٻنهي کي ايچ آءِ وي هئي. وَڌيڪ چڪاسن مان پتو لڳو ته مون کي اها بيماري پنهنجي مڙس کان لڳي هئي.

زال مڙس جي ناتن ۾ اسان ڪڏهن به ڪنڊوم استعمال نه ڪيو هو، جڏهن سندس مڙس جي مرض جي شدت پيدا ٿي ته پنهنجي مائٽن کي چيم ته هو منهنجيءَ ڌيءَ کي نپائين. هو ٻئي شهر ۾ رهندا هئا ۽ مون ٿي چاهيو ته اسان جي معصوم ڌيءَ اسان سان گڏ رهي، ان ۾ ئي سندس ڀلائي هئي.

اها خطرناڪ بيماري آهي، منهنجو مڙس سال کن اسپتال ۾ داخل رهيو. جڏهن بيمار ٿيو هو، سندس انحصار مون تي هو. هڪ ڏينهن هو گذاري ويو. زندگيءَ مون کي چڱو سبق سيکاريو هو.

پنهنجي ڪٽنب جي ڀاتين ۽ دوستن جي مدد سان صدمو برداشت ڪرڻ جوڳي ٿيس. هاڻ هڪ نئين زندگي گذاري رهي آهيان، آءُ هڪ اهڙي گروپ ۾ شامل آهيان جيڪو ايڊز جو شڪار بڻيل آهي.

(برازيل جي 33 سالن جي عورت لوآنا جي لکتيءَ تان ورتل)

ماءُ ۽ ڌيءَ

نوجوان ماءُ پنهنجي ٻن سالن جي ڌيءَ لاءِ مفلر اُڻي رهي هئي. سندس چوڻ هو ته ”آءُ پنهنجي ڌيءَ لاءِ ڪا اهڙي شيءِ ڇڏي وڃڻ چاهيان ٿي جنهن جي ذريعي هوءَ مون کي ياد رکي.“ ماءُ کي اڃان تائين اهو پتو نه هو ته سندس ڌيءَ ايچ آءِ وي پازيٽو هئي ۽ ان ڳالهه جو خطرو آهي ته هوءَ انهيءَ مفلر جي اهميت سمجهڻ لاءِ گهڻو عرصو جيئرو نه رهي. ان ڳالهه جو به امڪان هو ته ڌيءَ ماءُ کان اڳ موت جو شڪار بڻجي.

يوگينڊا جو هاڃو

نوجوان، خاص طور تي عورتون ان وبا جو سڀ کان وڌو شڪار آهن

ويهه سال اڳ وڪٽوريا ڍنڍ جي ڪناري هڪ ڏورانهين ڳوٺ ۾ هڪ اهڙي عجيب بيماريءَ بابت ڀهريون ڀيرو ٻڌو ويو، جنهن پنهنجي شڪار جي هڏين مان به جان ڪڍي ٿي ڇڏي. ان عرصي دوران هڪ سڄو نسل ان قاتل بيماريءَ جو ڪاچ بڻجي چڪو آهي.

انهن ويهن سالن دوران ايڊز ڪٽڪ پيهندڙ مشين وانگر انتهائي بيرحمي سان اسان جي زرخيز جوانين کي برباد ڪري ڇڏيو آهي. جوان ۽ پڙهيل ڳڙهيل نسل ختم ڪري ڇڏيو اٿس ۽ انساني نسل وڌائڻ واري قوهه ڇمار ۾ ڪين موت جو ڪاچ

باقي صفحي 74 تي

جنسي مرض
ڇا آهن؟
۽ ڪيئن پکڙجن ٿا؟

جنسي مرضن مان مطلب اُهي مرض آهن جيڪي جنسي ميلاپ دوران منتقل ٿيندا آهن. مثال طور جيڪڏهن هڪ فرد ڪنهن جنسي مرض ۾ مبتلا ٿئي ٿو ته پوءِ سندس ساٿي به جنسي ميلاپ وسيلي ان مرض ۾ مبتلا ٿي وڃي ٿو. اهوئي نه پر ڪجھ مرض اهڙا به آهن جن ۾ جيڪڏهن ڪا ڳورهاري مبتلا ٿي وڃي ته اها بيماري ٻار تي به اثر انداز ٿيندي آهي. اڳتي ڄاڻايل بيماريون ڳنڀير ٿي ڪڏهن ته شديد هونديون آهن، اُن صورت ۾ ڪوشش ڪجي ته هن ڪتابڙي وسيلي ماڻهن تائين ڄاڻ پهچي ته جيئن انهن بيمارين کي سڃاڻڻ ۾ ڪجھ سولائي ٿئي ۽ وقت تي علاج ڪرائڻ جي صورت ۾ تمام گھڻن اهڙن نتيجن کان به بچي سگھجي جيڪي خطرناڪ ۽ موتمار ثابت ٿي سگھن ٿا. مثال طور ڪجھ جنسي بيمارين جو اثر سُنڌيڻي ۾ به مبتلا ڪري سگھي ٿو ۽ ڪا هڪ بيماري سڄو ڪٽنب به لوڏي سگھي ٿي. هيل تائين ڪجھ ماڻهن جي ڄاڻ ۾ اها ڳالھ هوندي ته ايچ آءِ وي/ ايڊز جهڙي لاعلاج بيماري لڳڻ جو هڪ ذريعو جنسي ميلاپ به آهي. ان ريت ڪجھ ماڻهن آتشڪ ۽ سوزاڪ بابت به ٻڌو هو پر عام طور تي اها ڄاڻ نه هوندي ته ڪيتريون ئي اهڙيون بيماريون به آهن جيڪي جنسي بيمارين ۾ ڳڻيون ٿيون وڃن ۽ ڪجھ اهڙيون بيماريون ان حوالي سان هاڻ تمام گھڻي ڳڻتي واري حد تائين وڌي ويون آهن جهڙوڪ جنسي عضون تي مسا ٿيڻ يا وري يرقان بي ۽ سي به جنسي بيماريون ليکجن ٿيون. اهي ٻئي مرض هاڻ تمام گھڻو وڌي ويا آهن ۽ هاڻ سڀ کان وڌيڪ خطرناڪ مرض ايچ آءِ وي/ ايڊز به آهي.

عام طور تي سمجھيو وڃي ٿو ته اها بيماري رڳو پرڏيھ ۾ ٿي رهي آهي يا رڳو هم جنس پرستيءَ سان پکڙجي رهي آهي. ان جي ابتڙ اهو سمجھڻ ضروري آهي ته اها بيماري هاڻ اسان جي ملڪ ۾ به وڌي رهي آهي ۽ اهو مرض باقي جنسي مرضن وانگر رڳو هم جنسيءَ سان نه پر عورت ۽ مرد جي جنسي ميلاپ سان به پکڙجي ٿو، ان ڪري انتهائي ضروري آهي ته ڪنهن به جنسي مرض ۾ ڦاٿل شخص پنهنجي ۽ ساٿيءَ جو علاج ڪرائي.

بچاءُ جا طريقا

1 ـ جنسي ناتن ۾ تمام گھڻي وفاداريءَ جو

مظاهرو ڪجي.

2_ هڪ کان وڌيڪ فردن سان جنسي ميلاپ جي صورت ۾ جنسي مرض لڳڻ ۽ پکڙجڻ جا امڪان وڌيڪ ٿين ٿا.

3_ ضروري آهي ته جنسي مرض ۾ ڦاٿل شخص پنهنجي ساٿيءَ جو به علاج ڪرائي، ڇاڪاڻ جو ساٿيءَ جي علاج نه ٿيڻ جي صورت ۾ جنسي مرض ٻيهر لڳڻ جا امڪان آهن.

4_ علاج دوران جنسي ميلاپ کان پرهيز ڪجي يا وري علاج دوران ميلاپ وقت ڪنڊوم استعمال ڪجي.

5_ صفائيءَ جو تمام گهڻو خيال رکڻ گهرجي.

گونوريا

ان مرض جا جراثيم جنسي ميلاپ سان هڪ ٻئي کي لڳن ۽ پکڙجن ٿا ۽ ڪڏهن ڪڏهن جنسي عضون وسيلي نڙيءَ ۾ به ٿيندا آهن. ان مرض جي شروعات ۾ ڪا خاص علامت نه هوندي آهي پر جڏهن اهو مرض پکڙبو آهي ته هيٺيون علامتون ظاهر ٿينديون آهن:

علامتون

- عورتن جي ڊسچارج پاڻيءَ جو رنگ هيڊو ۽ تمام گهڻو پتڙو ٿيندو آهي.
- پيشاب ۾ رڪاوٽ ۽ تڪليف ٿيندي آهي، ڪڏهن ڪڏهن پيشاب ۾ روڳ جا به اثر ٿيندا آهن.
- پيشاب جي ناليءَ ۾ تمام گهڻو ساڙو ۽ سور ٿيندو آهي.
- رحم جي مهاڙ تي سوڄ ٿيندي آهي ۽ بدبودار پاڻي ايندو آهي ۽ جيڪڏهن اهو مرض وڌي وڃي ته عورتن کي حمل ڏکيائي سان ٿيندو آهي ۽ جيڪڏهن حمل دوران عورت ان مرض ۾ مبتلا ٿئي ته ڄمڻ وقت ٻار جي اکين ۾ تڪليف ٿيندي آهي.

مردن کي ان مرض ۾ جنسي عضوي جي غدودن تي ورم ٿيندو آهي جنهن سان تڪليف ٿيندي آهي. ان مرض جو اثر عورت ۽ مرد ٻنهي کي سنڌيٽي ۾ به مبتلا ڪري سگهي ٿو ۽ سنڌن جو سور يا وري دل جي به تڪليف ٿي سگهي ٿي. جيڪڏهن ان مرض جي شروعاتي ڏينهن ۾ تشخيص ڪئي وڃي ته اينٽي بايوٽڪ دوائن سان مڪمل طور تي ڪنٽرول ڪري سگهجي ٿو. ضروري آهي ته ٻئي فرد پنهنجو علاج ڪرائين. جيستائين علاج مڪمل نه ٿئي ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪجي.

يرقان بي کان بچاءُ جو ٽڪو ته آهي پر يرقان سي کان بچاءُ جو ڪو ٽڪو اڃان ايجاد نه ٿيو آهي.

ڪلاميڊيا

اها هڪ اهڙي جنسي بيماري آهي جنهن سان جنسي عضوا متاثر ٿيندا آهن ۽ ڪڏهن ڪڏهن ان بيماريءَ جا جراثيم اکين ۽ نڙيءَ ۾ به ٿي پوندا آهن، جيڪي پيڙا جو سبب بڻبا آهن. اها بيماري هاڻ تمام گهڻي پکڙجي رهي آهي. ان مرض جي شروعات ۾ ڪا خاص علامت نه هوندي آهي پر جڏهن اهو مرض پکڙبو آهي ته هيٺيون علامتون ظاهر ٿينديون آهن.

علامتون

- پيشاب ڪرڻ ۾ ساڙو ۽ تڪليف ٿيندي

آهي.

– عورتن ۽ مردن جي جنسي عضون جو ڊسچارج پاڻي ليس دار يا لچڪ دار ٿي ويندو آهي.

– عورتن ۾ اهو مرض ٿيڻ تي پيٽ جي هيٺين حصي ۽ چيله ۾ سور ٿيندو آهي ۽ ڪجھ حالتن ۾ عورتن ۾ ڪجھ اهڙي جسماني خرابي ٿيندي آهي جو هوءَ ڳورهاري ٿي نہ سگھنديون آهن.

ضروري آهي تہ ٻئي ڄڻا پنهنجو علاج ڪرائين ۽ جيستائين علاج مڪمل نہ ٿئي ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

سفلس

اها هڪ اهڙي بيماري آهي جيڪا هڪ جرثومي سان ٿيندي آهي ۽ آسانيءَ سان هڪ ٻئي کي جنسي ميلاپ ذريعي لڳندي آهي. اهو مرض جيڪڏهن ڪنهن ڳورهاري عورت کي ٿي پوي تہ ڪيس ٿيندڙ ٻار بہ ان جو شڪار ٿي سگھي ٿو، جنهن جي نتيجي ۾ ڪڏهن ڪڏهن ٻار ماءُ جي پيٽ ۾ ئي مري ويندو آهي يا وري ٻار اکين، هڏين ۽ دماغ وغيره جي پيدائشي بيمارين ۾ مبتلا ٿي سگھي ٿو.

سفلس جيڪڏهن ڪنهن ڳورهاري عورت کي ٿي پوي تہ ڪيس ٿيندڙ ٻار بہ ان جو شڪار ٿي سگھي ٿو.

علامتون

– ان مرض ۾ مبتلا ٿيڻ جي 2 کان 4 هفتن کان پوءِ جنسي عضون تي ننڍڙو اُپريل داد ٿيندو آهي جنهن ۾ ڪا تڪليف نہ هوندي آهي ۽ ڪجھ عرصي کان پوءِ اهو زخم ٻُجي ويندو آهي. جنسي عضون جي چوڌاري غدود وڌڻ لڳندا آهن جن ۾ ڪو سور محسوس نہ ٿيندو آهي.

– سنڌن ۾ سور، سستي، نڙيءَ ۾ خراش ۽ جسم جا ٻيا غدود وڌي ويندا آهن.

– هٿ، ترين ۽ پير ترين تي خارش کان سواءِ ڳاڙها داغ ٿيندا آهن ۽ ڪڏهن ڪڏهن وات کان سواءِ سڄي جسم تي بہ ٿيندا آهن.

جنسي عضون جي چوڌاري ۽ ڪاڪوس جي جاءِ تي مسا ٿيندا آهن جن ۾ ڪا تڪليف نہ ٿيندي آهي ان سان گڏوگڏ وات ۾ بہ تڪليف کان سواءِ ڦرڪڻا ظاهر ٿيندا آهن ۽ اها بيماري اڳتي وڌي دل ۽ دماغ تي بہ حاوي ٿي سگھي ٿي ۽ فالج جو بہ اثر ٿي سگھي ٿو.

ضروري آهي تہ ٻئي فرد پنهنجو علاج ڪرائين ۽ علاج مڪمل ٿيڻ تائين جنسي ميلاپ کان پاسو ڪن يا ان دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

شينڪر وائيڊ

هيءَ جنسي بيماري هڪ جرثومي مان ٿيندي آهي ۽ ان بيماريءَ جون علامتون 4 کان 6 ڏينهن ۾ ظاهر ٿينديون آهن ۽ ميلاپ دوران سولائي سان جنسي ساٿيءَ کي لڳي سگھي ٿي. جيڪڏهن هڪدم علاج نہ ڪرايو وڃي تہ اها بيماري مهينن يا سالن تائين زخم جي صورت ۾ جنسي عضون تي موجود رهي ٿي.

علامتون

– عورت يا مرد جي جنسي عضون تي

پهرين هڪ داڻو ٿيندو آهي جنهن ۾ تڪليف ٿيندي آهي ۽ ڪجهه عرصي کان پوءِ ان ۾ روڳ پئجي ويندو آهي ۽ داڻو زخم جي صورت اختيار ڪندو آهي.

- عام طور تي زخم سان گڏوگڏ انهن غدودن تي ورم ٿي پوندو آهي جيڪي جنسي عضون جي چوڌاري ٿين ٿا ۽ جيڪڏهن ورم ۽ تڪليف هوندي به علاج نه ڪرايو ويو ته پوءِ اهي غدود ناسور بڻجي ويندا آهن ۽ تمام گهڻي ڏکيائي سان ٺيڪ ٿيندا آهن. ضروري آهي ته ٻئي فرد پنهنجو علاج ڪرائين ۽ علاج مڪمل ٿيڻ تائين ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

يرقان بي ۽ سي

اهو هڪ جرثومو آهي جيڪو رت ۽ جسم جي ٻين رطوبتن ۾ ٿيندو آهي. ان مرض کان متاثر فرد پنهنجي رت يا جنسي ميلاپ وسيلي پنهنجي ساٿيءَ کي به يرقان ۾ مبتلا ڪري سگهي ٿو، ان لاءِ ضروري آهي ته رت جي ڏي وٺ مهل ان جي چڪاس ضرور ڪرائجي.

علامتون

- بخار يا فلو جهڙي ڪيفيت، بُک نه لڳڻ.
- اُلٽي يا جيءُ ڪچو ٿيڻ ۽ گڏوگڏ پيٽ جو سور ٿيڻ
- جسم جي چمڙي ۽ اکين جو رنگ هيڊو ٿيڻ
- سنڌن ۾ سور ۽ ننڍا ننڍا ڳاڙها داڻا ٿيڻ

يرقان بي کان بچاءُ جي انجيڪشن ته آهي پر يرقان سي کان بچاءُ جي ڪا دوا اجان تائين ايجاد نه ٿي آهي. مريض کي مڪمل آرام جي ضرورت هوندي آهي. ڊاڪٽر کي دوائون رٿي سگهي ٿو جنهن سان عام طور تي بيچيني ۽ بي آراميءَ ۾ گهٽتائي ٿي سگهي ٿي پر ان سان بيماريءَ جو خاتمو نه ٿيندو آهي. يرقان سيءَ جا گهڻي ڀاڱي مريض ۽ يرقان بي جا ڪي مريض جگر جي مستقل بيماريءَ يا جگر جي ڪينسر ۾ مبتلا ٿي سگهن ٿا. پاڪستان ۾ اها بيماري تمام گهڻي عام آهي. هتي اها ڳالهه سمجهڻ ضروري آهي ته اهو مرض جنسي ميلاپ وسيلي به هڪ ٻئي کي منتقل ٿي سگهي ٿو ان ڪري ضروري آهي ته ڊاڪٽر جي سمورين هدايتن تي عمل ڪجي ۽ جنسي ميلاپ کان پاسو ڪجي يا ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪجي جيڪڏهن گهر ۾ ڪنهن هڪ ڀاتيءَ کي يرقان ٿئي ته گهر جي سمورن ڀاتين کي پنهنجو رت چڪاس ڪرائڻ ۽ يرقان بي جو ٽڪو هڻائڻ گهرجي.

ايچ آءِ وي وائرس کي ايڊز ۾ تبديل ٿيندي ڇهن کان ڏهن سالن جو عرصو لڳي سگهي ٿو.

ايچ آءِ وي

ايڊز جو مرض هڪ خاص وائرس ايچ آءِ وي سان پکڙبو آهي جيڪو جسم جي مدافعتي سرشتي کي تباهه ڪري ڇڏيندو آهي. ايچ آءِ وي وائرس جي جسم ۾ داخل ٿيڻ مهل ان جي ڪا علامت ظاهر نه ٿيندي آهي، پر اهو وائرس لڳل مريض آهستي آهستي ايڊز جو شڪار ٿيندو آهي. جيئن ته شروع ۾ ان جون ڪي به علامتون ظاهر نه

ٿينديون آهن ان ڪري ان جو شڪار فرد اڻ ڄاڻائيءَ ۾ اهو وائرس ٻين کي منتقل ڪندو رهندو آهي. ايچ آءِ وي وائرس گهڻو تڻو رت ۽ جنسي رطوبتن ۾ هوندو آهي. سڄي دنيا ۾ ايچ آءِ وي پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو ذريعو جنسي ميلاپ آهي پوءِ ڀل اهو ميلاپ ڪهڙي به نوعيت جو هجي.

ان وائرس کان متاثر ٿيل ماءُ پنهنجي ٻار کي حمل دوران ڄمڻ مهل يا ان کان هڪدم پوءِ اها وائرس منتقل ڪري سگهي ٿي. ايچ آءِ وي وائرس کان متاثر ٿيل رت يا رت جا جزا ڪنهن ٻئي جسم ۾ منتقل ٿيڻ سان به اهي وائرس ٻئي شخص کي لڳي ويندا آهن. ايچ آءِ وي کان متاثر ٿيل سرنج يا سوئي جيڪڏهن ٻيهر استعمال ڪئي وڃي ته به وائرس منتقل ٿيندو آهي. ان ڪري ضروري آهي ته سدائين پيڪيٽ واري نئين سرنج ۽ سئي استعمال ڪجي ۽ هڪ ڀيرو اهي استعمال ڪرڻ کان پوءِ ايئن ضايع ڪجن جو ٻيهر استعمال لائق نه رهن. واضح رهي ته سمورا اهڙا اوزار جيڪي ڏند ڪڍرائڻ، ڪن، نڪ ٽوپائڻ يا ايڪوپنڪچر ۾ استعمال ڪيا ٿا وڃن اُهي به انهن جراثيم کان پاڪ هجن.

ايچ آءِ وي وائرس جي ايڊز جي عارضي ۾ تبديل ٿيڻ ۾ ڇهن کان ڏهن سالن جو عرصو لڳي سگهي ٿو. ان وقفي دوران شايد ڪا به علامت ظاهر نه ٿئي. جڏهن اها بيماري ايڊز ۾ تبديل ٿيندي آهي ته مختلف قسمن جا انفيڪشن لڳندا آهن جيڪي علاج جي باوجود مڪمل طور تي ٺيڪ نه ٿيندا آهن.

> **هرپيز جي بچاءُ جو ڪو تڪو ناهي، ان ڪري ضروري آهي ته علامتن جي موجودگيءَ ۾ ڊاڪٽر سان لهه وچڙ ۾ اچجي.**

علامتون

- ڪنهن سبب کان سواءِ وزن ۾ تمام گهڻي گهٽتائي ٿيڻ
- لاڳيتو هفتن تائين بخار رهڻ يا کنگهه تمام گهڻا ڏينهن هلي ۽ دوا استعمال ڪرڻ تي به ختم نه ٿئي.
- مستقل دست ٿيڻ.
- جسم جي مختلف حصن ۾ غدودن جو ٻن مهينن کان وڌيڪ عرصو وڌيل رهڻ.
- وات ۾ اڇا ڦرڪٽا ٿيڻ، جيڪي علاج کان پوءِ به ٺيڪ نه ٿين.

جيڪڏهن ڪو شخص انهيءَ شڪ جو شڪار آهي ته سندس جسم ۾ وائرس داخل ٿي چڪو آهي ته هو پنهنجي رت جي چڪاس ڪرائي. ساڳي ريت جيڪڏهن ڪا عورت به شڪ جو شڪار آهي ته ڪيس به ڳوڙهاري ٿيڻ کان اڳ پنهنجو ٽيسٽ ڪرائڻ گهرجي.

اسان سڀني جو اخلاقي فرض آهي ته پنهنجي گهروارن ۽ ٻين ماڻهن کي به ان وائرس بابت ٻڌايون ۽ جيڪڏهن اوهان ڪنهن اهڙي شخص کي سڃاڻو جنهن کي اهو مرض لڳل آهي ته ساڻس انتهائي همدردي ۽ دوستيءَ سان پيش اچجي ۽ اها ڳالهه ذهن ۾ ويهارجي ته مريض جي ٿُڪَ ٿڪور سان، چڪ ڏيڻ يا کنگهه سان، کاڌي پيتي جا ساڳيا ٿانو استعمال ڪرڻ يا هڪ ئي غسلخانو استعمال ڪرڻ سان اها بيماري نٿي پکڙجي.

هرپيز

جنسي ميلاپ وسيلي پکڙجندڙ اها بيماري هڪ وائرس مان لڳي ٿي. هڪ ڀيرو اهو جرثومو جسم ۾ داخل ٿي وڃي ته پوءِ ڪڏهن نڪرندو ناهي. ڪجھ حالتن ۾ اهو ڪنهن وبائي بخار سببان ٿيندڙ ڦرڪڻ جي صورت ۾ ظاهر ٿيندو آهي.

علامتون

- جنسي عضون جي چوڌاري ڦرڪڻا ٿي پوندا آهن.
- عورتن کي اندروني ڦرڪڻا ٿيندا آهن، پنهي حالتن ۾ تمام گهڻي تڪليف ٿيندي آهي ۽ بخار به ٿي پوندو آهي.

ڊاڪٽر ڦرڪڻ جي تڪليف گهٽائڻ لاءِ ڪا دوا ڏئي سگهي ٿو. ان بيماريءَ جي بچاءَ جو ڪو ٽڪو ناهي، ان ڪري ضروري آهي ته علامتن جي موجودگيءَ ۾ ڊاڪٽر سان له وڃڻ ۾ اڇجي. ضروري آهي ته ٻئي ڄڻا پنهنجو علاج ڪرائين ۽ علاج مڪمل ٿيڻ تائين ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪري اندروني اثرن کان محفوظ رهن يا ٻاهرين اثرن کان بچڻ لاءِ زخم ڇهڻ کان پاسو ڪجي.

ٿرش

هيءَ هڪ قسم جو جرثومو آهي جيڪو جسم جي چمڙي تي لڳندو آهي ۽ عام طور تي جنسي ميلاپ دوران هڪ کان ٻئي ڏانهن منتقل ٿيندو آهي. ڪجھ حالتن ۾ اهو مرض ڪجھ اينٽي بايوٽڪ دوائن سان يا مناسب خوراڪ جي کوٽ سببان به ٿيندو آهي.

علامتون

- عورتن کي ڊسچارج جي شڪايت ٿي پوندي آهي
- ان ڊسچارج جي شڪل ڦٽيل کير يا ڏونئري جهڙي هوندي آهي.
- جنسي عضون جي اوسي پاسي خارش ٿيندي آهي.
- مردن جي جنسي عضوي تي داڻا ٿي پوندا آهن.
- جنسي ميلاپ مهل تڪليف محسوس ٿيندي آهي.

انهن علامتن جي موجودگيءَ ۾ ضروري آهي ته ٻئي ڄڻا پنهنجو علاج ڪرائين ۽ علاج مڪمل ٿيڻ تائين ميلاپ دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

ٽرائڪو مونائيسس

هيءَ هڪ طفيلي (پيراسائيٽ) بيماري آهي ۽ جنسي ميلاپ وسيلي هڪ ٻئي کي لڳندي ۽ پکڙبي آهي.

علامتون

- عورتن کي ڊسچارج جي شڪايت ٿيندي آهي.
- ڊسچارج جو پاڻي هيڊي، هلڪي سائي يا ڪٽئي رنگ جو ۽ گج جهڙو ٿي ويندو آهي.
- ڊسچارج ۾ مڇيءَ جهڙي بوءِ هوندي آهي.

ڪجھ حالتن ۾ مردن کي ڪا خاص علامت محسوس نه ٿيندي آهي، ضروري آهي ته ٻئي ڄڻا علاج ڪرائين ۽ علاج مڪمل ٿيڻ تائين جنسي عمل دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

جوُن

جون ۾ ليکون جنسي عضون جي وارن ۾ به ٿينديون آهن. اهي هڪ ٻئي جا ڪپڙا ۾ قٽي استعمال ڪرڻ سان گڏوگڏ جنس ميلاپ دوران به لڳي سگهن ٿيون.

علامتون

- جنسي عضون جي چوڌاري خارش ٿيندي آهي.
- جنسي عضون جي وارن جي پاڙن ۾ انهن جا آنڊا نظر ايندا آهن.
- جوئن جي خاتمي لاءِ سڀ کان پهرين صفائي انتهائي ضروري آهي پر انهن جو خاتمو رڳو صابڻ ۽ پاڻي سان نٿو ٿئي، ان ڪري ضروري آهي ته ڊاڪٽر سان له وچڙ ۾ اچجي جيڪو هڪ خاص قسم جو لوشن استعمال ڪرڻ لاءِ ڏيندو جيڪو ڪجهه عرصي تائين استعمال ڪرڻو پوندو.

مسا

جنسي عضون تي مسا هڪ وائرس سبب ٿين ٿا ۽ انهن جي منتقل ٿيڻ جو ذريعو جنسي ميلاپ آهي. جيئن ته انهن سان ڪا تڪليف نٿي ٿئي تنهن ڪري رڳو هيٺين علامتن وسيلي ئي سڃاڻي سگهجن ٿا.

علامتون

- ڏسڻ ۾ اهي ٿقيل، ترڪڻا يا پريل گلابي داد جي شڪل جا هوندا آهن. جيئن ته ڪڏهن ڪڏهن چمڙيءَ جي رنگ جهڙا ٿيندا آهن تنهن ڪري رڳو ڇهڻ سان محسوس ڪري سگهبا آهن.
- ڪڏهن ڪڏهن جنسي عضون جي چوڌاري خارش محسوس ٿي سگهي ٿي.

ان بيماريءَ جو علاج هڪ خاص قسم جي لوشن سان ڪيو ويندو آهي پر انهن مسن جي مڪمل طور تي ختم ٿيڻ ۾ وقت لڳندو آهي. ان ڪري ڊاڪٽر وٽ گهڻا پيرا وڃڻو پوندو آهي. جيڪڏهن علاج نه ڪرائبو ته اهي تمام گهڻي تيزيءَ سان وڌندا آهن ۽ ممڪن آهي ته عورتن جي جنسي عضوي تي اهي مسا اڳتي هلي ٻچيدانيءَ جي هيٺين حصي جي ڪينسر ۾ تبديل ٿي وڃن. ضروري آهي ته ٻئي ڄڻا علاج ڪرائين ۽ ان دوران جنسي ميلاپ ۾ ڪنڊوم استعمال ڪن.

اسڪي بيز

ڪجهه ماڻهو ان کي کرنڊ وارا زخم به سڏيندا آهن. اها هڪ طفيلي بيماري آهي. جنسي ميلاپ کان سواءِ هڪ ٻئي جا ڪپڙا ۽ ٽوال استعمال ڪرڻ سان گهرجي سمورن ڀاتين کي لڳي سگهي ٿي.

علامتون

- اها بيماري عام طور تي خارش کان شروع ٿيندي آهي جيڪا رات جو گهڻي ٿيندي آهي. خارش واري هنڌ تي خشڪ داڻا ٿي پوندا آهن. ضروري آهي ته ٻئي ڄڻا پنهنجو علاج ڪرائين ۽ ان دوران ڪنڊوم استعمال ڪن.

جيڪڏهن گهر ۾ ڪنهن هڪ ڄڻي کي اها بيماري لڳي ته ضروري آهي ته گهر جا سمورا ڀاتي علاج ڪرائين، ڇاڪاڻ جو هڪ ٽوال، چادر يا بسترو استعمال ڪرڻ سان به اها بيماري ڪنهن ٻئي کي لڳي سگهي ٿي.

تبديليءَ لاءِ متحد **يو اين ايڊز**

ايڊز: گڏيل قومون ۽ پاڪستان

يو اين ايڊز جو مقصد ان وبا بابت شعور پيدا ڪرڻ ۽ ان جي خلاف ٿيندڙ ڪوشش کي سگهارو ۽ اثرائتو بنائڻ آهي.

ايچ آءِ وي/ ايڊز دنيا جي ڪنهن هڪ يا ڪنهن خاص علائقي جو مسئلو ناهي، اهو سڄي دنيا جو مسئلو آهي. ڌرتيءَ جي گولي جو هر علائقو، شهر ۽ وستي ان جي حملي جو نشانو بڻيل آهي. ان خطرناڪ بيماريءَ جو مقابلو ڪرڻ لاءِ سڄي دنيا متحد ٿي جدوجهد ۾ رڌل آهي.

گڏيل قومن جي اداري ايڊز جي مسئلي جي سنگينيءَ کي محسوس ڪندي 1996ع ۾ يو اين ايڊز (UN AIDS) نالي سان هڪ پروگرام شروع ڪيو، جنهن ۾ گڏيل قومن جا ڇهه ادارا جهڙوڪ يونيسيف، يو اين ڊي پي، يونائيٽيڊ نيشن پاپوليشن فنڊ، يونيسڪو، عالمي صحت تنظيم ۽ عالمي بينڪ شامل آهن. يو اين ايڊز جو مقصد ايڊز بابت ڄاڻ پيدا ڪرڻ ۽ ان وبا خلاف ٿيندڙ ڪوشش کي وسيلا ۽ حمايت مهيا ڪري، انهن کي سگهارو ۽ اثرائتو بنائڻ آهي.

ان پروگرام جا چار واضح مقصد آهن:

- ايچ آءِ وي جي پکڙجڻ ۽ منتقليءَ کي روڪڻ
- ايڊز جي مريضن ۽ ان کان متاثر ٿيندڙن جي سارسنڀال ۽ واهر ڪرڻ.
- فردن ۽ برادرين کي ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳڻ کان بچائڻ جا قدم کڻڻ
- ان وبا جا سماجي ۽ معاشي اثر ختم ڪرڻ.

تبديليءَ لاءِ متحد

ايڊز خلاف ٿيندڙ ڪوششون ڪامياب بنائڻ لاءِ ضروري آهي ته ان ۾ دنيا جي هر ملڪ ۽ هر شعبي کي شامل ڪجي. ان ڪري يو اين ايڊز ۾ گڏيل قومن جا سمورا ميمبر ملڪ شامل آهن ۽ هر ملڪ ۾ ان پروگرام جون سرگرميون مقامي حڪومت جي مختلف کاتن جي سهڪار سان جاري آهن. سرڪاري ادارن کان سواءِ غيرسرڪاري تنظيمن، تعليمي ۽ صنعتي ادارن کي به ان ۾ شامل ڪيو ويندو آهي. ان بيماريءَ جي اثرن کي اثرائتي انداز ۾ منهن ڏيڻ لاءِ سماج جي سمورن شعبن جو وسيع تر ردعمل انتهائي ضروري آهي. اهو ردعمل ڀرپور بنائڻ لاءِ مقامي سطح تي آباديءَ جي مختلف طبقن ۽ عالمي سطح تي گڏيل قومن جي مختلف ادارن جي مربوط حمايت جي ضرورت آهي.

يو اين ايڊز جا ڪم ڪهڙا آهن؟

يو اين ايڊز هيٺ ڏنل چئن سرگرمين وسيلي پنهنجا مقصد حاصل ڪرڻ جي ڪوشش ڪري ٿي:

1ـ پاليسي ناهڻ ۽ تحقيق 2ـ فني سهائتا
3ـ پيروڪاري 4ـ رابطي ڪاري

پاڪستان ۾ يو اين ايڊز جو ٿيم گروپ، پاليسي جوڙڻ ۽ اهم فيصلا ڪرڻ وارو ادارو آهي. گروپ ۾ گڏيل قومن جي ڇهن ادارن جي نمائندن کان سواءِ حڪومت پاڪستان جا عيوضي به شامل آهن. ان کان سواءِ يو اين ڊرگ ڪنٽرول پروگرام، محنت جو عالمي ادارو، پناهگيرن لاءِ گڏيل قومن جو هاءِ ڪميشن، ناروي، جاپان ۽ برطانوي حڪومتن جا نمائندا به ان گروپ ۾ شامل آهن.

يو اين ايڊز پاڪستان جو ٽيڪنيڪل ورڪنگ گروپ انتظامي معاملن ۾ سهڪار ڪندو آهي. ڪنٽري پروگرام ايڊوائيزر يو اين ايڊز پاڪستان جي سربراهه آهي، هوءَ ۽ سندس عملو پاڪستان ۾ پروگرام جي سمورين سرگرمين جي نگراني، انتظام ۽ مختلف ادارن ۽ حڪومتن طرفان ملندڙ عطين جي استعمال تي ڪنٽرول ڪري ٿو.

پاڪستان ۾ ڪاميابيون

يو اين ايڊز پاڪستان ۾، ايڊز خلاف ڪوششن ۾ سرڪاري ادارن ۽ نيم سرڪاري تنظمن جي مدد ڪري ٿي. اها سهڪار ۽ امداد مختلف صورتن ۾ ٿئي ٿي. ايڊز خلاف ڪجهه سرگرميون ڪنهن هڪ ايجنسيءَ جي نگراني ۾ ٿينديون آهن، مثال طور هن وقت يونيسيف پاڪستان ۾ ايڊز ۽ ٻار جڻڻ واري صحت بابت سجاڳي پيدا ڪرڻ ۽ ڄاڻ فراهم ڪرڻ واريون لکڻيون تيار ڪندڙ تنظيمن کي سهائتا ڏئي رهي آهي. عالمي صحت تنظيم، صحت واري وزارت کي جنسي بيمارين، ايڊز/ ايچ آءِ وي تي ڪنٽرول لاءِ صاف ۽ محفوظ رت ۽ ان جا جزا فراهم ڪرڻ جي خاطريءَ لاءِ مدد مهيا ڪري رهي آهي. عالمي بينڪ پاڪستان جي سوشل ايڪشن پروگرام واسطي فنڊ مهيا ڪندڙ سڀ کان وڏو ادارو آهي ۽ بينڪ پاڪستان جي نيشنل ايڊز ڪنٽرول پروگرام لاءِ به فنڊ ڏئي رهي آهي. يونيسڪو قومي تعليمي پاليسيءَ ۾ ايڊز جي تعليم لاءِ سهڪار ڪري رهيو آهي. جڏهن ته پناهگيرن لاءِ گڏيل قومن جي هاءِ ڪميشن سرحد، بلوچستان ۽ پنجاب صوبن ۾ پناهگيرن جي وستين ۾ ڪم ڪندڙ صحت کاتي جي ڪارڪنن ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت شعور پيدا ڪرڻ وارين سرگرمين جي سهائتا ڪري رهي آهي.

1996 کان 1999 تائين يو اين ايڊز پاڪستان، هيٺين سرگرمين ۾ رُڌل رهيو آهي:

- ضلعي سطح تي اهم عورتن ۽ مردن کي ايڊز خلاف متحرڪ ڪرڻ
- ايڊز کان بچاءُ واسطي ڪم ڪندڙ سماجي تنظيمن جي فني ۽ مالي امداد ڪرڻ
- نيشنل ايڊز پروگرام جي سڌوسنئون مدد ۽ قومي حڪمت عملي جي تياريءَ ۾ سهڪار
- ايڊز جي حوالي سان نگراني واري سرشتي کي سگهارو ۽ اثرائتو بنائڻ ۽ تحقيقي سرگرمين ۾ سهڪار
- ايچ آءِ وي/ ايڊز سان لاڳاپيل مسئلن کي صحت جي شعبي ۾ ڪم ڪندڙ پيشيور ماهرن جي تربيت. پاڪستان ۾ يو اين ايڊز جي آفيس اسلام آباد ۾ آهي.

□

ايڊز، حق ۽ ذميواريون

ايڊز رڳو صحت لاءِ ئي خطرو ناهي پر ان سان انسان جي عزت ۽ وقار جا حق به متاثر ٿين ٿا.

ايڊز جو مرض دنيا جي لکين انسانن جي صحت لاءِ هڪ زبردست خطرو بڻجي ويو آهي. غور ڪرڻ سان اندازو ٿئي ٿو ته اهو مرض ڪنهن نه ڪنهن حوالي سان سڀني لاءِ خطرو بڻيل آهي. انهن لاءِ ته اهو خطرو آهي ئي جيڪي سڌوسنئون بي لگام جنسي سرگرمين سبب ان جو شڪار ٿين ٿا پر اهو انهن لاءِ به خطرناڪ ثابت ٿي رهيو آهي، جيڪي سڌوسنئون اهڙين حرڪتن کان پريرو رهن ٿا. ان هوندي به مختلف ذريعن سان اڄڪلهه ٻار ۽ عورتون ان جو شڪار بڻجيو وڃن.

ايڊز رڳو صحت لاءِ ئي خطرو ناهي پر ان سان انسان جي عزت،

... اسپتال ۾ ٻڌ راهب ايڊز جي ... ڪري رهيو آهي.

وقار ۽ حق تمام گهڻو متاثر ٿين ٿا. ايڊز پکڙجڻ سان اها ڳالهه سامهون اچي رهي آهي ته اسان جي معاشري جا اهي فرد جيڪي مراعتن کان محروم آهن سي خاص طور تي ان مرض جو وڌيڪ شڪار بڻجڻ ٿا. اهي هڪ پاسي ته ان مرض جو شڪار بڻجن ٿا ته ٻئي پاسي ان جي ڪري ساڻن مت ڀيد وارو ورتاءُ ٿيڻ سبب سندن ڏکيائين ۾ وڌيڪ اضافو ٿي وڃي ٿو. اها ئي صورتحال آهي جنهن جي ڪري حقن ۽ ذميوارين ۾ شرڪت جو تصور سامهون آيو آهي.

اها ڳالهه واضح آهي ته جڏهن ماڻهن جي انساني حقن جو تحفظ نٿو ڪيو وڃي ته ماڻهو به ان ڏس ۾ پنهنجون ذميواريون محسوس نٿا ڪن. خاص طور تي معاشري ۾ ماڻهن جي مرتبي ۽ حيثيت کي تمام گهڻو نظرانداز ڪيو وڃي ٿو. ايڊز جو مقابلو ڪرڻ لاءِ ضروري آهي ته انفرادي ۽ اجتماعي طور تي ماڻهن ۾ حقن ۽ ذميوارين جو احساس وڌي يعني ماڻهن جا حق تسليم ڪيا وڃن ۽ خود ماڻهن ۾ ذميوارين جو احساس به پيدا ڪيو وڃي.

انساني حقن جي عالمي پڌرنامي جي پهرين شق موجب سمورا انسان آزاد پيدا ٿيا آهن ۽ برابري ۽ وقار سيني جو حق آهي. جيئن ته هر انسان عقل ۽ شعور رکي ٿو، سندس فرض آهي ته هو ڀائپي ۽ پنهنجائپ جي جذبي سان ٿمتار ٿي ٻين جو معاون ۽ شريڪ ٿئي، ان پڌرنامي جي 29 شق موجب "هر شخص تي سندس معاشري جون ذميواريون لاڳو ٿين ٿيون ڇاڪاڻ جو ان کان سواءِ اهو آزاديءَ سان رهي نٿو سگهي ۽ ان کان سواءِ سندس شخصيت جي واڌويجهه ۽ ترقي به ناممڪن آهي."

مطلب ته وقار ۽ حقن جي معاملي ۾ هر شخص برابر آهي. ڪين جيئرو رهڻ جي حق سان گڏوگڏ تندرست رهڻ جو به حق حاصل آهي. سندس اهو به حق آهي ته ساڻس ڪنهن به قسم جو مت ڀيد وارو سلوڪ نه ڪيو وڃي، هر فرد، هر سماجي ۽ سياسي اداري جو به فرض آهي ته هو معقول ۽ ذميوار رويي جو مظاهرو ڪري. ان لاءِ اهو ضروري آهي ته ماڻهن ۽ ادارن کي ڄاڻ، تعليم ۽ سماجي حمايت وسيلي سگهارو ۽ توانو ڪيو وڃي. ايڊز جي معاملي ۾ به

عورتن ۽ ڇوڪرين کي مردن ۽ ڇوڪرن وانگر هڪ جيترا تعليمي، معاشي، توليدي ۽ جائيداد جا حق حاصل هئڻ گهرجن.

ڀائيچاري ۽ پنهنجائپ جو رويو اختيار ڪيو وڃي يعني صبر ۽ ضبط باهمي استحڪام ۽ برداشت کان ڪم ورتو وڃي.

ايندڙ صفحن تي اسين انهن حقن ۽ ذميوارين جو ذڪر ڪنداسين جن جو تحفظ حوصلي افزائي ۽ شراڪت ان مرض جو مقابلو ڪرڻ لاءِ ضروري آهن. ان ڏس ۾ اها ڳالهه ڌيان ۾ رکڻ گهرجي ته:

- هر شخص کي ڪنهن فرق کان سواءِ سمورا انساني حق حاصل آهن، انهن ۾ اهو حق به شامل آهي ته ايچ آءِ وي جي منجهس موجودگي يا ان جي شڪ هوندي به ساڻس مت ڀيد وارو سلوڪ نه ڪيو وڃي. ڪيس تعليم، ملازمت، صحت جي سهولتن، سفر، آزادي، شادي، ٻار ڄڻڻ جي صلاحيت، سماجي تحفظ سائنسي فائدن ۽ پناهه حاصل ڪرڻ جو حق به حاصل هجي.
- هر شخص کي ايڊز بابت ڄاڻ حاصل

ڪرڻ ۽ ان جي چوٽ (لپيٽ) ڪي روڪڻ ۽ علاج جو حق حاصل آهي، ان ۾ اهي گروپ به شامل آهن جن ڪي اهي فائدا حاصل ناهن يعني عورتون، ٻار، اقليتون، وطن ڇڏيندڙ، پرڏيه ۾ ڪم ڪندڙ پورهيت، پناه اختيار ڪندڙ هم جنس پرست، جنس جو ڪاروبار ڪندڙ، سوئي وسيلي نشو جسم ۾ لاهيندڙ ۽ غريب.

- هر شخص ڪي جنسي طرز عمل ۽ روش اختيار ڪرڻ جو حق حاصل آهي، ان ۾ ڪيس اهو به حق حاصل آهي ته هو/ هوءَ غيرمحفوظ جنسي عمل ڪان انڪار ڪري ۽

ڪنهن به شخص ڪي ايڊز جي لازمي چڪاس تي مجبور نه ڪيو ويندو، اهو ٽيسٽ ڪيس ڄاڻ ڪري سندس مرضيءَ سان ڪيو ويندو.

هر مرد ۽ هر عورت ان چوٽ ڪان بچڻ لاءِ پنهنجي پسند موجب اُپاءَ وٺي.

- هر شخص ڪي جنسي تشدد ۽ جبر ڪان آزاد رهڻ جو حق حاصل آهي ۽ ان ۾ زوري زنا ۽ جبري شادي، عصمت فروشي، جبري جسم فروشي ۽ هاڃيڪار روايتون به شامل آهن. انهن سمورن طريقن سان انفيڪشن جو خطرو وڌي وڃي ٿو.

- عورتن ۽ ڇوڪرين ڪي مردن ۽ ڇوڪرن وانگر هڪ جيترا تعليمي، معاشي، ٻار پيدا ڪرڻ ۽ جائيداد جا حق حاصل هئڻ گهرجن. ان ريت هو ٻين تي انحصار جون محتاج نه رهنديون ۽ ان ريت سندن انفيڪشن ۾ مبتلا ٿيڻ جو خطرو به گهٽ رهندو.

- ڪنهن به شخص ڪي ايچ آءِ وي جي لازمي ٽيسٽ تي مجبور نه ڪيو ويندو، اهو ٽيسٽ ڪيس ڄاڻ ڪري سندس مرضيءَ سان ڪيو ويندو. بهتر اِهو ٿيندو ته ڪيس اڳواٽ ٻڌائي اِهي ٽيسٽ ڪيا وڃن ۽ ان ڪان پوءِ ڪيس مشورو به ڏنو وڃي. ڪنهن شخص ڪي سندس مرضي ڪان سواءِ طبي علاج يا تحقيق ۾ شامل نه ڪيو ويندو.

- هر شخص ڪي اهو حق آهي ته هو پنهنجو ايچ آءِ وي ٽيسٽ ڳجهو رڪي، ايچ آءِ وي يا ايڊز جي شڪار سمورن ماڻهن يا سماجي يا سياسي حوالي سان محروم ماڻهن ڪي اِهو حق حاصل آهي ته هو ان مرض جي پاليسي ۽ پروگرام جي تياري ۽ انهن جي لاڳو ٿيڻ ۾ شريڪ هجن.

- ٻارن ڪي ان مرض ڪان بچاءُ بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ جو حق حاصل آهي ۽ ڪين ان ڪان بچڻ جون تدبيرون اختيار ۽ حاصل ڪرڻ جو حق به حاصل آهي. ان مرض ڪان متاثر ٿيل سمورن ٻارن ڪي اِهو حق حاصل آهي ته سندن ڪٽنب سندن ڪفالت ڪن ۽ جيڪڏهن هو يتيم آهن ته ڪين متبادل تحفظ حاصل رهي.

- ان مرض ۾ مبتلا سمورن ڪٽنبن ڪي اهو حق حاصل آهي ته سندن برادري ساڻن ڪنهن به قسم جو امتيازي سلوڪ نه ڪري. ڪين پنهنجي برادري ۽ صحت جون سهولتون فراهم ڪندڙن سان صلاح مشورو ڪرڻ ۽ امداد حاصل ڪرڻ جو حق حاصل آهي.

- سمورين برادرين ڪي ڪنهن مت ڀيد ۽ فرق ڪان سواءِ ان مرض بابت جاري ۽ دستياب پروگرامن مان لاڀ پرائڻ جو هڪ جيترو حق حاصل آهي.

- سمورن تعليمي، ثقافتي ۽ مذهبي ادارن ۽ ڪارڪن جي تنظيمن ڪي ان مرض سان تعلق رکندڙ سرڪاري، غير سرڪاري ۽ ٻين

الحکومتي ادارن سان ڳالهيون ڪرڻ جو حق حاصل آهي ڪين پنهنجن حلقن ۾ ان مرض جا نقصان گھٽائڻ جو بہ حق حاصل آهي.

- سمورين غيرسرڪاري ۽ سماجي تنظيمن ۽ ايڊز جي شڪار فردن کي ان مرض بابت پاليسين جي تياري ۽ ان تي عمل ۾ شرڪت جو حق حاصل آهي. هو برادري، قومي ۽ عالمي سطح تي انهن ڪمن جو لازمي حصو آهن ۽ اهو لازمي آهي تہ ڪين پنهنجو ڪم اثرائتي انداز ۾ ڪندو رهڻ لاءِ حمايت ۽ پنيرائي ملندي رهي. حڪومتن کي حق حاصل آهي تہ اُها گڏيل قومن جي ايڊز بابت پروگرامن ۽ ٻين واسطيدار ادارن ۽ تنظيمن کي ٽيڪنيڪي صلاح ۽ مدد فراهم ڪري تہ جيئن اُهي ايڊز جا پنهنجا پروگرام ۽ پاليسيون جوڙي انهن تي عمل ڪري سگهن.

عالمي تنظيمن کي حق حاصل آهي تہ هو ايڊز جي ڏس ۾ حڪومتن سان ڳالهہ ٻولهہ ڪن ۽ اثرائتي پروگرام تي عمل جي حمايت ڪن.

ذميواريون

- هر شخص جي اِها ذميواري آهي تہ هو (عورت ۽ مرد) ڇوت لڳڻ واري عمل ۽ قدمن کان پنهنجو پاڻ کي محفوظ رکي.
- هر شخص جي ذميواري آهي تہ هو هر اُن عمل کان بچي جنهن مان ڪنهن ٻئي کي اها ڇوت لڳڻ جو خطرو موجود هجي.
- هر اُن شخص جي، جيڪو ٻين تي سماجي، معاشي يا جنسي اختيار رکي ٿو اها وڏي ذميواري آهي تہ هو ان ڳالهہ جو خيال رکي تہ اهڙو ڪوبہ مرد يا عورت ٻين کي ان مرض جو شڪار بنائڻ جو سبب نہ بڻجي.

هر مرد ۽ عورت جي اِها ذميواري آهي تہ هو پنهنجي جنسي ۽ توليدي رويي ۾ هڪ جهڙي انداز ۾ ان ڳالهہ جي پورو احتياط ڪن تہ جيئن ان مرض جي پکڙجڻ جو خطرو گھٽ رهي ۽ مرض جي اثرن کان سماج ۽ ڪٽنب محفوظ رهي. جيئن تہ مردن کي اڪثر معاشرن ۾ عورتن تي برتر حيثيت حاصل آهي ان ڪري خاص طور تي جنسي معاملن ۾ مٿن اها ذميواري اچي ٿي تہ هو محفوظ جنسي عمل کان ڪم وٺن ۽ ان ڳالهہ جو خيال رکن تہ سندن ڪري سندن جنسي ساٿي ايڊز جو شڪار نہ ٿئي. جيئن تہ سندن حڪم جو پورائو ضروري ٿيندو آهي ان ڪري مردن جو فرض آهي تہ هو ڪنڊوم جي استعمال کي يقيني بڻائين ۽ جتي ان جو استعمال محفوظ جنسي ميلاپ لاءِ ضروري هجي، اِهو ضرور استعمال ڪن.

هر شخص کي ايڊز بابت ڄاڻ حاصل ڪرڻ، ان جي انفيڪشن روڪڻ ۽ علاج جو حق حاصل هئڻ گهرجي.

انهن سمورن عورتن ۽ مردن جي جيڪي ڪٽنب جا سربراهہ هجن اها گڏيل ذميواري آهي تہ هو ان ڳالهہ کي يقيني بڻائين تہ:

- ايڊز جي شڪار ٿيلن سان تعلق نہ ٽوڙين پر ڪٽنب اندر ڪين رکندي سندن تائيد ۽ مدد ڪن.
- ان مرض ۽ ان جي انفيڪشن کان متاثر ٿيل مائٽن جي سارسنڀال سمورن ڪٽنب ڀاتين جي ذميواري آهي.
- اِهو ضروري ۽ لازمي آهي تہ اهڙن فردن جي ايڊز وگھي موت جي صورت ۾ سندن

جائيداد جا حق ۽ سماجي تائيد ۽ حمايت سندن وارثن ۽ ٻارن کي منتقل ٿئي.

- مائرون ۽ پيئر ان ڳالھ جا هڪ جيترا ذميوار آهن تہ هو ان ڳالھ کي يقيني بڻائين تہ سندن ڪٽنب جا سمورا فرد ان وائرس کان بچڻ جي طريقن کان واقف هجن، ڪين مناسب علاج ۽ برداشت جي ضرورت جي اهميت جو پتو هجي ۽ هو ان مرض کان متاثر ٿيل فردن سان مت ڀيد وارو سلوڪ نہ ڪرڻ جي اهميت ۽ ضرورت کان بہ واقف هجن.

معاشرن جي اها ذميواري آهي تہ اُهي ان ڳالھ کي يقيني بنائين تہ ان مرض ۽ ان جي وائرس کان تحفظ نگراني ۽ علاج جي پروگرامن کان هو پنهنجي ماڻهن کي هڪ جيتري طور تي واقف ڪن.

- ان ۾ مراعتن کان محروم گروپ ۽ فرد بہ شامل آهن. ڪين هڪ اهڙو ماحول پيدا ڪرڻ جي پوري ڪوشش ڪرڻ گهرجي جيڪو همدرد هجي، مت ڀيد وارو سلوڪ نہ ڪري ۽ ان مرض کان متاثر ماڻهن تي پوندڙ اثرن کي گهٽ کان گهٽ ڪرڻ جي ڪوشش ڪري.

- آجرن جي اها ذميواري آهي تہ ڪين ان مرض بابت ڄاڻ حاصل هجي ۽ هو پنهنجي ملازمن کي بہ اها ڄاڻ فراهم ڪن.

ڪين اها ڳالھ بہ خاطريءَ سان ڀڌائڻ گهرجي تہ سندن اداري ۾ ان مرض جي شڪار ماڻهن سان مت ڀيد وارو ڪو سلوڪ نہ ڪيو ويندو، نہ ئي اهڙو ماحول پيدا ڪيو ويندو.

- سندن اها بہ ذميواري آهي تہ هو اهڙن ماڻهن کي نوڪري ڏيڻ جي سلسلي ۾ رازداري رکن ۽ ڪين علاج جون سهولتون بہ فراهم ڪن.

- پيشيور سوسائٽيون خاص طور تي قانون، صحت، سماجي ڪم ۽ انشورنس سان تعلق رکندڙن جي ذميواري آهي تہ:

- هو اخلاقي اصولن تي عمل ڪن، مثال طور رازداريءَ کان ڪم وٺن ۽ علاج جي سلسلي ۾ پنهنجون ذميواريون پوريون ڪن.

ثقافتي، تعليمي ۽ مذهبي ادارن جي ذميواري آهي تہ:

- ڪين ايچ آءِ وي/ ايڊز جي مسئلن بابت ڄاڻ هجي.

- هو مناسب انداز ۾ ان مرض کان بچاءُ ۽ ان بابت ڄاڻ کي هٿي ڏين ۽ فراهم ڪن.

- جتي ضروري هجي پنهنجي مثبت ردعمل جو اظهار ڪن.

- ايڊز جي شڪار ٿيلن جي ڏس ۾ ضبط ۽ همدردي، ذميواري ۽ مت ڀيد کان سواءِ واري سلوڪ کي يقيني بڻائين.

غيرسرڪاري ۽ سماجي تنظيمن جي ذميواري آهي تہ:

- پنهنجي حامين ۽ واسطيدار ماڻهن ۾ ان مرض کان بچاءُ واسطي اثرائتي پروگرام کي هٿي ڏين.

- مريضن جي سارسنڀال ۽ سندن قانوني/ سماجي تائيد ۽ سندن ڪم ۾ مناسب سهڪار جي ڪوشش ڪن تہ جيئن جيستائين ممڪن ٿي سگهي ان مرض جي متاثر ٿيلن تائين سندن رسائي ٿي سگهي.

حڪومتون ان ڳالھ جون ذميوار آهن تہ:

- ايچ آءِ وي/ ايڊز جي پروگرامن لاءِ مناسب وسيلا فراهم ڪن ۽ اهو ڏسن تہ ان مرض جي سلسلي ۾ مختلف شعبن جا سرشتا اثرائتي انداز ۾ عمل ڪن.

- ان ڳالھ کي يقيني بڻائين تہ قانون، پاليسين ۽ عملدرآمد جي سلسلي ۾ ان وائرس ۽ مرض جي متاثر ٿيل ماڻهن سان ڪو مت ڀيد وارو سلوڪ نہ ٿئي.

ـ ان ڳالھ کي بہ يقيني بڻائين تہ ان کان متاثر ٿيلن لاءِ اهڙو ماحول پيدا ٿي سگھي جيڪو سندن حامي ۽ همدرد هجي ۽ ساڻن مت ڀيد وارو سلوڪ نہ رکي. اهو ضروري آهي تہ انهن قانونن وسيلي مراعتن کان محروم ماڻهن جي مدد ٿئي ۽ ڪين ان جي انفيڪشن کان بچڻ ۽ ان مرض کي منهن ڏيڻ جو اختيار بہ حاصل هجي.

ـ حڪومتن جي اها ذميواري بہ آهي تہ هو ان ڳالھ کي يقيني بڻائين تہ مراعتن کان محروم ماڻهن سان گڏوگڏ سمورن ماڻهن لاءِ موجود حفاظتي ۽ علاجي سهولتن تائين رسائي ممڪن هجي.

اُسريل ملڪن جي حڪومتن جي ذميواري آهي تہ اُهي اُسرندڙ ملڪن جي مدد ڪن تہ جيئن اُهي ان مرض سبب پيدا ٿيندڙ نجي، سماجي ۽ معاشي پهلوئن تي ڌيان ڏئي سگھن. سمورين عالمي تنظيمن جي ذميواري آهي تہ اُهي اهڙن اثرائتن ۽ مربوط پروگرامن کي هٿي ڏين جن وسيلي ان مرض کان اثرائتو تحفظ ۽ علاج عام ٿئي، تحقيق جو ڪم ٿئي، وائرس کان محفوظ رت فراهم ٿئي ۽ قومي سطح تي ان ڏس ۾ ڪم ڪندڙن جي مدد ٿي سگھي تہ جيئن اُهي ممڪن حد تائين اثرائتو ڪم ڪري سگھن.

ڇا روزمره جي سرگرمين دوران ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟

1ـ ڀاڪر پائڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
2ـ هٿ ملائڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
3ـ هڪ ئي ڪاڪوس استعمال ڪرڻ سان سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
4ـ ڪنگھ وسيلي ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
5ـ جانورن سان کيڏڻ يا گڏجي رهڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
6ـ ڀاکرن سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
7ـ ڀڳھر سان سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
8ـ هڪبئي جا ڪپڙا پائڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
9ـ هڪ ئي ٿالهيءَ ۾ کائڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
10ـ هڪ ئي ٿانو ۾ پاڻي يا چانھ پيئڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
11ـ وار ڪترائڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ
12ـ مڇر جي ڏنگ هڻڻ سان ايچ آءِ وي/ ايڊز لڳي سگھي ٿي؟ نہ

نوٽ: (وار ڪترائڻ دوران جيڪڏهن استرو يا بليڊ استعمال ٿئي تہ اُهو چڱيءَ ريت صاف هئڻ گھرجي. جيڪڏهن استرو يا بليڊ صاف ناهي ۽ وار ڪترائڻ دوران زخم لڳي ويو تہ پوءِ ايڊز جو وائرس لڳي سگھي ٿو.)

مليريا جا جراثيم مڇرن ذريعي پکڙبا آهن، پر ايچ آءِ وي مڇرن ذريعي نٿي لڳي سگھي، ڇاڪاڻ جو اهو وائرس مڇرن جي رت ۾ جيئرو نٿو رهي سگھي.

مت ڀيد وارو سلوڪ، انساني حق ۽ اخلاقيات

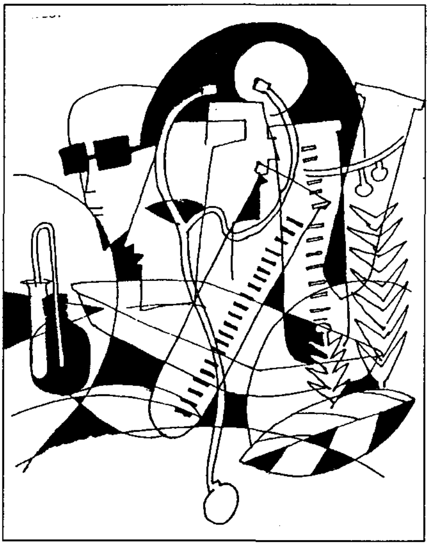
مت ڀيد واري سلوڪ ۽ ايڊز جي وائرس ۾ ان ڪان متاثر ٿيل ماڻهن جي انساني حقن ڪان محروميءَ جي نتيجي ۾ ان مرض ڪان متاثر ٿيل وڏيڪ لوڙين ٿا.

سڀ ڪان پهرين سماجي، معاشي يا قانوني اعتبار سان محرومين جي شڪار ماڻهن ڪي ايڇ آءِ وي/ جنسي مرضن ڪان بچاءُ ۽ علاجي پروگرامن ڪان محروم ڪيو ٿو وڃي. ڪين ان ڳالھ جو اختيار ٻه نه هوندو آهي ته هو پنهنجي جنسي ساٿين سان محفوظ جنسي عمل يا ٻين حفاظتي تدبيرن بابت ڳالھ ٻولھ ڪن.

انهن مرضن جو شڪار ٿيڻ ڪان پوءِ اهڙا ماڻهو ۽ ساڻن تعلق رکندڙ جهڙوڪ سندن ٻار، ڪٽنب جا ڀاتي، دوست ۽ ساٿي وڌيڪ مت ڀيد واري سلوڪ جو نشانو بڻجڻ ٿا ۽ ڪين انساني حقن ڪان محروم ڪيو ويندو آهي. بدنامي ڏار سندن حصي ۾ اچي ٿي. بدناميءَ جو اهو سلسلو انهن گروهن تائين وڃي ٿو جن تي انهن مرضن ۾ مبتلا ٿيڻ جو شڪ هوندو آهي، مثال طور اقليتون، وطن ڇڏيندڙ پورهيت، جنس جو ڪاروبار ڪندڙ، هم جنس پرست ۽ نشو واپرائيندڙ، اڪثر نشي جي بنياد تي ايڇ آءِ وي جو ٽيسٽ ڪرائڻ تي نه رڳو مجبور ڪيو ويندو آهي پر ڪين ڏيهاري ۽ گرفتار ڪري ڏار ڪيو ويندو آهي، جيل ۾ وڌو ويندو آهي يا ڏيهه نيڪالي ڏني ويندي آهي. ان مت ڀيد واري سلوڪ ۽ بدناميءَ جا ذميوار حڪومتون، نجي تنظيمون ۽ ادارا، ڪٽنب ۽ فرد ٻه ٿي سگهن ٿا. ڪين جن حقن ڪان محروم ڪيو ويندو آهي تن ۾ جيئرو رهڻ جو حق، صحت، آزادي، شخصي تحفظ اچ وڃ جي آزادي، ذاتي زندگي گذارڻ، ڪم، تعليم، سماجي تحفظ امداد ۽ ڀلائي جو حق ۽ شادي ڪرڻ ۽ ڪٽنب ناهڻ جو حق شامل آهن. ان ڪان سواءِ طبي اخلاقيات ۽ علاج جي فرض جي ٻه ڀڃڪڙي ڪئي ويندي آهي. تحقيقي ڪم لاءِ انسانن ڪي تجربن لاءِ استعمال ڪرڻ جي ڪوشش ڪري ٻه ڪين محرومين ۽ مت ڀيد واري سلوڪ جو نشانو بڻايو ويندو آهي.

جيتوڻيڪ ايڇ آءِ وي/ ايڊز جي سلسلي ۾ جاري مت ڀيد واري سلوڪ ۽ بدناميءَ جي ان سلسلي ڪي وڏي پئماني تي تسليم ڪيو ويندو آهي پر ان مسئلي جي سببن ۽ عوامل بابت نسبتا تمام ٿورڙا تفصيل ۽ مواد فراهم ٿي سگهيا آهن.

ان هوندي ٻه ته عالمي ۽ قومي سطح تي انساني حق تسليم ڪيا ٿا وڃن پر حق لاڳو ڪرڻ جي سلسلي ۾ گهٽو غور ويچار نه ٿيو آهي. خاص طور تي ايڇ آءِ وي/ ايڊز جي سلسلي ۾ انهن حقن جي احترام تي ڀرپور ڌيان نه ڏنو ويو آهي. ڪجھ ملڪن ۾ ايڇ آءِ وي/ ايڊز ڪان متاثر ٿيل ماڻهن سان مت ڀيد وارو سلوڪ روڪڻ لاءِ خاص پاليسيون جوڙيون ويون آهن ۽ سندن حقن جي تحفظ جون خاطريون ڏنيون ويون آهن پر ڪيترن ئي ٻين ملڪن ۾ اهو ڪم نه ٿيو آهي. ان ڪري انتهائي ضروري آهي ته انهن ملڪن جي پاليسي جوڙيندڙن لاءِ فائديمند رهنما اصول جوڙيا وڃن (ورلڊ ايڊز ڊي نيوز ليٽر) □



ڇا جنسي بيماريون علاج جوڳيون آهن؟

علامتن جو پتو نہ هئڻ سبب مردن ۽ عورتن کي جنسي بيمارين جي خبر نہ هوندي آهي جڏهن تہ اِهي سندن جسم ۾ موجود هونديون آهن.

عورت ۽ مرد جو ساٿ زندگيءَ جي سونهن بہ آهي تہ انساني نسل جي تسلسل جو ذريعو بہ. شاديءَ جي ٻنڌڻ ۾ ٻڌجڻ کان پوءِ اڪيلائپ ۾ ساٿ جا پل سرور ۽ مزي جو سبب ٿين ٿا ۽ انساني فطري جذبا آسودگي ماڻين ٿا. هر انساني جذبي جي تسڪين فطري انداز ۾ معمول موجب ٿئي تہ اُها انساني صحت ۽ معاشري جي نظام لاءِ چڱا نتيجا پيدا ڪري ٿي.

بک هڪ فطري جذبو آهي ان جذبي جي پورائي لاءِ اسين ماني کائون ٿا. سادي ۽ فطري خوراڪ معمول جي حد ۾ رهي کائجي تہ بک جي جذبي جي تسڪين بہ ٿئي ٿي تہ جسم کي سگهہ بہ ملي ٿي. جيڪڏهن مرغن کاڌا، وڏيڪ مقدار ۾ کائبا تہ ان سان جسم کي نقصان پهچندو ۽ بيماريون اچي منهن ڪڍنديون.

ساڳي صورتحال جنسي جذبي جي تسڪين سان آهي. جنس هڪ فطري جذبو آهي ۽ ان جي تسڪين لاءِ قدرت مرد ۽ عورت جو جوڙو پيدا ڪيو آهي تہ جيئن ٻئي هڪ ٻئي کي جذباتي ۽ جنسي تسڪين رسائي سگهن. شادي ان جو فطري طريقو آهي. جنهن جو مطلب اِهو آهي تہ ٻئي انسان يعني هڪ مرد ۽ هڪ عورت هڪ ٻئي سان زندگي گذارڻ جو وعدو ۽ معاهدو (نڪاح) ڪن ٿا ۽ پوءِ سڄي زندگي هڪٻئي سان گڏجي زندگيءَ جي پتوڙ ۾ حصو وٺن ٿا.

جنسي عمل وسيلي منتقل ٿيندڙ

بيماريون اڳي به انسان لاءِ پريشاني ۽ شرمندگيءَ جو سبب بڻبيون هيون پر ڪجھ سال اڳ ظاهر ٿيل هڪ نئين جنسي مرض ايڊز ته انساني معاشري کي ڏونڌاڙي ڇڏيو آهي.

ايڊز پکڙجڻ جو سڀ کان وڏو سبب جنسي ناتا آهن، ايڊز جو مطلب”موت“ کان سواءِ ڪجھ به ناهي، ڇاڪاڻ جو ان بيماريءَ جو اڃان ڪو علاج نه لڌو ويو آهي، هن مضمون ۾ جنسي بيمارين بابت اهڙي ڄاڻ ڏنل آهي جنهن جو ڄاڻڻ هر عورت ۽ مرد لاءِ ضروري آهي.

سهيڙيندڙ

جنسي بيماريون ڇا آهن؟

جنسي بيماريون مختلف جراثيمن سان پکڙبيون آهن. اهي مردن، عورتن ۽ ٻارن جي صحت لاءِ انتهائي هاڃيڪار آهن. پاڪستان سميت انيڪ ملڪن ۾ عورتون ۽ مرد مختلف جنسي بيمارين جا شڪار آهن. ڪن کي علامتن جو پتو نه هئڻ سبب جنسي بيمارين جو پتو نه هوندو آهي جيڪي سندن جسمن ۾ موجود هونديون آهن.

جنسي بيمارين جا مثال سوزاڪ، آتشڪ وغيره آهن. اسان مان ڪيترا ماڻهو جنسي بيمارين بابت ڄاڻن ٿا؟ انهن بابت اوهان ڪٿي پڙهيو آهي؟ ڇا اوهان جي خيال ۾ انهن بابت ڄاڻڻ اسان لاءِ ضروري به آهي؟

جنسي بيماريون ڪيئن لڳي سگھن ٿيون؟

انهن بيمارين کان متاثر ٿيل فردن سان جنسي عمل ڪندڙ ڪنهن به شخص کي اِهي مرض منتقل ٿي سگھن ٿا. مثال طور متاثر ٿيل مڙس جنسي عمل دوران اهي بيماريون پنهنجي جنسي عضوي وسيلي زال جي جنسي عضوي ۾ منتقل ڪري سگھي ٿو. تمام گھڻيون جنسي بيماريون متاثر ٿيل رت لڳرائڻ ۽ متاثر ٿيل ڳورهاريءَ جي پيٽ ۾ موجود ٻار کي لڳي سگھن ٿيون. ايڊز به ٻين جنسي بيمارين وانگر مٿي بيان ڪيل عملن ذريعي هڪ شخص کان ٻئي ڏانهن منتقل ٿي سگھي ٿي.

عورتون مردن کان ۽ مرد عورتن کان جنسي بيماريون حاصل ڪري سگھن ٿا، ان ريت عورتون عورتن کي ۽ مرد مردن کي جنسي بيماريون منتقل ڪري سگھن ٿا.

روزمره جي ڪمن سان جنسي بيماريون منتقل نٿيون ٿي سگھن

هڪ ئي غلسخانو استعمال ڪرڻ سان جنسي بيماريون نٿيون پکڙجي سگھن.

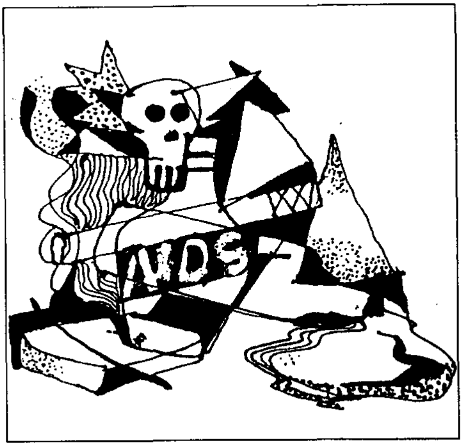
متاثر ٿيل ماڻهوءَ سان گڏ کائڻ پيئڻ سان به اهي بيماريون نٿيون لڳن.

انڊر ويئر استعمال ڪرڻ تي جنسي بيماريون لڳڻ کان ڊپ نه ڪريو ڇاڪاڻ جو ماڻهو عام طور تي ان جي متاسٽا نه ڪندا آهن. انڊر ويئر اڪثر صابڻ وغيره سان چڱي طرح صاف ڪبا ته سمورا جراثيم مري ٿا وڃن.

جنسي بيماريون ڪيتري حد تائين خطرناڪ آهن؟

جنسي بيماريون انسان کي بيمار ڪري سگھن ٿيون ۽ انهن سان مرد ۽ عورت جي جنسي عضون ۾ سور ٿي سگھي ٿو. ڪجھ بيمارين ۾ سور نه ٿيندو آهي پر اِهي

اندروني طور تي ايترو نقصان رسائي سگهن ٿيون جو اوهان ٻار ڄڻڻ جي به لائق نه رهو. جيڪڏهن مريض علاج لاءِ ڊاڪٽر



وٽ نه ويندو ته اکين کان انڌو به ٿي سگهي ٿو، ڇاڪاڻ جو اهي اکين کي به متاثر ڪري سگهن ٿيون. انهن کان متاثر ٿيل عورت کو بدشڪل/ معذور، انڌو يا مئل ٻار ڄڻي سگهي ٿي.

ڇا جنسي بيماريون علاج جوڳيون آهن؟

جي ها! ڪيتريون ئي جنسي بيماريون علاج وسيلي ختم ڪري سگهجن ٿيون. ڊاڪٽر معائني کان پوءِ اوهان کي درست دوا ڏئي سگهي ٿو. پنهنجي سر دوائون خريد ڪرڻ نه رڳو انتهائي خطرناڪ عمل آهي پر پئسي جو زيان به آهي. ڪنهن مخصوص دوا سان ئي ڪنهن مخصوص جنسي مرض جو علاج ٿي سگهي ٿو ۽ اهو ڊاڪٽر ئي ٻڌائي سگهي ٿو ته ڪهڙي دوا سان ڪهڙي مرض جو علاج ٿي سگهي ٿو.

جنسي بيمارين مان نجات حاصل ڪرڻ لاءِ ڊاڪٽر جي هدايت تي سختيءَ سان عمل ڪجي، مثال طور دوا ڪيئن واپرائجي؟ ڪڏهن ۽ ڪيتري استعمال ڪجي؟ ڪجهه ماڻهو ٻن ٽن ڏينهن کان پوءِ دوائن جو استعمال بند ڪري ڇڏيندا آهن، ڇاڪاڻ جو هو طبيعت ۾ بهتري محسوس ڪندا آهن. ڊاڪٽر جي هدايت موجب دوا استعمال نه ڪرڻ سان جنسي بيمارين جو مڪمل علاج نه ٿي سگهندو آهي، ان ڪري اهي بيماريون جسم اندر رهجي وينديون آهن ۽ ماڻهوءَ کي ٻيهر بيمار ڪري سگهن ٿيون. ٻيهر علاج تمام گهڻو ڏکيو هوندو آهي ۽ ڊاڪٽر کي وڌيڪ سخت ۽ مهانگي دوا ڏيڻي پوندي آهي. ڪجهه بيماريون اهڙيون به آهن جن جو اڄان تائين ڪو علاج نه لڌو ويو آهي، مثال طور هر پيز هڪ اهڙي بيماري آهي جنهن جو ڪو علاج ناهي. اها بيماري سڄي زندگي متاثر ٿيل همراه سان گڏ رهي ٿي. متاثر ٿيل شخص اها بيماري پنهنجي زال يا مڙس کي منتقل ڪري سگهي ٿو. ڊاڪٽر ان بيماريءَ کي رڳو وقتي طور تي گهٽائڻ لاءِ ئي دوا ڏئي سگهي ٿو.

ڪيئن پتو لڳي ته ڪو جنسي بيمارين جو مريض آهي يا نه؟

- جنسي بيماريون رڳو جنسي عمل کان پوءِ ئي لڳي سگهن ٿيون.
- متاثر ٿيل ماءُ اهي بيماريون پنهنجي تازي ڄاول ٻار کي منتقل ڪري سگهي ٿي.
- جنسي بيمارين جي ڪيڏي ڪيڏي مهل ڪا علامت ظاهر نه ٿيندي آهي.
- جيڪڏهن علامتون واضح نه هجن ته پوءِ ڊاڪٽر ئي رت ۽ پيشاب جي چڪاس کان پوءِ ٻڌائي سگهي ٿو ته ڪا جنسي بيماري

لڳل آهي يا نه.

جنسي بيمارين جي مريض جي کهڙيءَ ريت مدد ڪجي؟

جنسي بيمارين جا مريض جسماني ۽ جذباتي ٻنهي لحاظن کان پيڙا جو شڪار هوندا آهن. هو دنل ۾ پريشان نظر ايندا آهن ۽ ان ڳالهه کان به پريشان هوندا آهن ته ڪٿي سندن دوست يا زندگي جو ساٿي ڪين ڌڪارين نه. ان ڪري هو ڊاڪٽرن وٽ وڃڻ کان به ڪيٻائيندا آهن. اهڙن ماڻهن کي ٻڌائي سگهجي ٿو ته جنسي بيماريون عام آهن ۽ ڊاڪٽر ان ڏس ۾ سندس مدد ڪري سگهي ٿو. ڊاڪٽر کان گهٻرائڻ جي ڪا ڳالهه ناهي، بلڪ هو رازدار بڻجي سگهي ٿو. ڊاڪٽر اهڙن مريضن جو علاج ۽ ڪين بچاءُ جا طريقا ٻڌائي سندن مدد ڪري سگهي ٿو.

ڪيترين ئي جنسي بيمارين جون علامتون واضح نه هونديون آهن، جيڪڏهن ڪنهن عورت کي شڪ هجي ته سندس مڙس کي ڪا جنسي بيماري آهي ته ڪيس ڊاڪٽر يا ماءُ ۽ ٻار جي صحت واري مرڪز وڃي پنهنجي بابت ٻڌائڻ گهرجي ته جيئن سندس چڪاس ڪري ڪيس ڪو مشورو ڏئي سگهجي. جيڪڏهن ڪا جنسي بيماري ثابت ٿئي ته ڊاڪٽر ان جو علاج ڪري سگهندو.

پنهنجي دوستن ۽ واقفن کي ٻڌايو ته جنسي بيمارين جي معائني لاءِ هو ڊاڪٽر، اسپتال يا خانگي ڪلينڪ وڃن. عورتون ماءُ ۽ ٻار جي صحت واري مرڪز وڃي سگهن ٿيون. جيڪڏهن هو اڪيليون نه وڃڻ چاهين ته ڪا ساهيڙي وغيره پاڻ سان گڏ وٺي وڃن.

جيڪڏهن ڊاڪٽر اوهان جي ساهيڙي يا دوست کي ڪا دوا ڏي ٿو ته ڪيس ان لاءِ همٿائڻ گهرجي ته هو/ هوءَ ڊاڪٽر جي هدايت موجب اها دوا واپرائي ۽ جيڪڏهن ڊاڪٽر ڪيس ٻيهر اسپتال اچڻ جو چوي ٿو ته ان ڏس ۾ به ڪيس همٿائڻ ۽ مدد ڪرڻ گهرجي. ڪجهه جنسي بيمارين جو علاج ڏکيو ٿيندو آهي ان ڪري مريض جو معائنو ٿيڻ ضروري آهي، ممڪن آهي ته ڪيس هڪ کان وڌيڪ ڀيرا دوا وٺڻي پوي.

جنسي بيمارين کان کهڙي ريت بچي سگهي ٿو؟

- ڪنڊوم جنسي بيمارين کان بچاءُ جو بهترين ذريعو آهن ڇاڪاڻ جو جنسي عمل دوران جراثيم انهن کان ٻاهر نڪري نه سگهندا آهن. جراثيم مرد جي عضوي وسيلي سندس منيءَ مان ٻاهر نڪرن ٿا. عضوي جي اندرين زخم جو روڳ منيءَ سان گڏ نڪري ٿو پر ان سان زال متاثر نه ٿيندي، ڇاڪاڻ جو جراثيم ڪنڊوم اندرئي رهجي ويندا. ان ريت عورت کي لڳل جراثيم به مرد تائين پهچي نه سگهندا.
- جنسي بيماري ٿيڻ تي ڪنهن به فرد کي ذميوار ۽ رحم دل رويو اختيار ڪرڻ گهرجي مثال طور جيڪڏهن مڙس کي خطرو آهي ته هن ڪنهن ٻئي عورت مان ڪا جنسي بيماري حاصل ڪئي آهي ته ڪيس پنهنجي زال سان جنسي عمل نه ڪرڻ گهرجي. علاج لاءِ هڪدم ڊاڪٽر سان لهه وچڙ ۾ اچڻ گهرجيس ۽ نيڪ ٿيڻ کان پوءِ ئي ٻيهر زال سان جنسي عمل ڪري.
- جيڪڏهن سندس خيال ۾ هو پنهنجي زال کي اڳيئي جنسي بيماري منتقل ڪري چڪو آهي ته ڪيس ان ڏس ۾ پنهنجي زال

سان ڳالهائڻ گهرجي ۽ ڪيس علاج واسطي ماءُ ۽ ٻار جي صحت واري مرڪز وڃڻ تي همٿائڻ گهرجي. ان معاملي کي ڳجهو رکڻ جو مطلب اهو آهي ته ڪيس پنهنجي زال سان پيار ناهي جو اڻڄاڻائي جي صورت ۾ هوءَ علاج ڪرائڻ نه وينديءَ ۽ ان دوران هو جيڪڏهن ڳورهاري آهي ته سندن ٻار به متاثر ٿيندو.

- ڪنڊوم جي استعمال ڪان سواءِ جنسي بيمارين کان بچڻ جو هڪ ٻيو طريقو اهو آهي ته جنسي عمل واسطي پنهنجي زندگيءَ جي ساٿيءَ تائين محدود رهجي.

ٽن قسمن جون جنسي بيماريون: سوزاڪ، آتشڪ ۽ هرپيز

جنسي بيمارين جا ڪيترائي قسم آهن، اچو ته پهرين سوزاڪ جو ذڪر ڪريون.

سوزاڪ ٻين جنسي بيمارين جي ڀيٽ ۾ وڌيڪ عام بيماري آهي. سوزاڪ جي مريض کي پيشاب ڪرڻ مهل پيشاب جي ناليءَ ۾ تڪليف ٿيندي آهي ۽ پيشاب سان گڏ روڳ ايندو آهي. ڊاڪٽر وٽ وڃڻ سان ان جو علاج ممڪن آهي. علاج نه ڪرائڻ جي صورت ۾ به سور ته ختم ٿي ويندو پر اها بيماري جسم اندر پکڙبي رهندي، ايستائين جو مستقبل ۾ هو ٻار پيدا ڪرڻ جي لائق نه رهندو. ان کان سواءِ اها بيماري دل ۽ سنڌن کي به متاثر ڪري سگهي ٿي. جيڪڏهن اها بيماري ڪنهن ڳورهاريءَ کي آهي ته هوءَ اکين جي نظر کان محروم ٻار به ڄڻي سگهي ٿي.

ڪيئن خبر پوي ته ڪو سوزاڪ جو مريض آهي يا نه؟

- پيشاب ڪرڻ مهل سور ٿيڻ
- جنسي عضون رستي مادي جو اخراج (روڳ جهڙو مادو)
- جنسي عضون تي ڪليل زخم يا داڻا.

اهي علامتون پاڻ مرادو غائب ٿي سگهن ٿيون ۽ ماڻهو سمجهندو ته شايد بيماري ختم ٿي وئي آهي. اهو بلڪل غلط آهي، علامتون ختم ٿيڻ ڪان پوءِ به مرض موجود رهي ٿو، ان ڪري ڊاڪٽر سان رابطو ڪرڻ ۽ علاج ڪرائڻ ضروري آهي.

ڪيترن ٻين ملڪن سان گڏوگڏ پاڪستان ۾ به هڪ ٻي عام جنسي بيماري آهي جنهن کي آتشڪ سڏبو آهي. آتشڪ جو مريض شخص پيءُ ٿئو بڻجي سگهي، هو اکين کان انڌو به ٿي سگهي ٿو. اهڙين مائرن جا ٻار معذور، نابينا يا مئل ڄمندا آهن.

هيٺين علامتن جي صورت ۾ ان جو علاج ڪرائڻ گهرجي:

- سنڌن ۾ سور ۽ سوڄ
- وارن جو ڇڻڻ

جنسي عضون، آڱرين، وات ۽ ڇپن تي ڪليل زخم ۽ داڻا ٿيندا آهن. ان بيماريءَ ۾ به علامتون پاڻ مرادو غائب ٿي وينديون آهن. مريض سمجهندو آهي ته هو نيڪ ٿي ويو آهي پر اصل ۾ ايئن نه هوندو آهي. علامتن جي غائب ٿيڻ جي باوجود بيماري جسم اندر موجود رهي ٿي، علامتون ظاهر ٿينديءَ ئي علاج شروع ڪرائجي.

اچو ته هڪ ٻي جنسي بيماري هرپيز جو ذڪر ڪريون، ان جون علامتون هيءُ آهن:

- جنسي عضون جي چوڌاري ڦرڪٽا ٿيندا آهن.
- عورتن کي اندروني ڦرڪٽا ٿيندا آهن.
- ٻنهي صورتن ۾ تمام گهڻي تڪليف ٿيندي آهي ۽ بخار به ٿي پوندو آهي، جيستائين ان بيماريءَ جو علاج نه ڪرائبو اها هر هر ٿيندي رهندي.

ان ڪان متاثر ماءُ نون مهينن کان اڳ ٻار ڄڻي سگهي ٿي، سندس حمل ضايع به ٿي سگهي ٿو. حمل دوران هوءَ پنهنجي بيماري ٻار کي منتقل ڪري سگهي ٿي. ان صورت ۾ ٻار تمام گهڻو ڪمزور هوندو يا مري ويندو.

جينوٽيڪ مردن ۽ عورتن جا جسم مختلف آهن پر هو ڪٽنبي ۽ سماجي ذميوارين ۾ هڪ ٻئي جو هٿ ونڊائي سگهن ٿا. مرد ۽ عورت جو ذميوارين ۾ ڀاڱي ڀائيوار بڻجڻ انتهائي اهم آهي. ڪيترائي مرد پنهنجي زالن جي ڪمن ۾ هٿ ونڊائيندا آهن ۽ ڪٽنب جي بقا لاءِ ڏنڊو ڏاڙي به ڪندا آهن. گهر ۾ جيڪڏهن ڪو فرد بيمار ٿيندو آهي ته مائرون ۽ ڀينرون ان جي سارسنڀال ڪنديون آهن. مڙس ۽ پٽ به ان ڪم ۾ مدد ڪندا آهن. ٻنين ۾ به مرد ۽ عورت ٻئي محنت ڪندا آهن ته جيئن ٻني ٻاري جو ڪم مڪمل ٿئي.

مرد ۽ عورت جو ذميوارين ۾ هڪ ٻئي سان ڀاڱي ڀائيوار ٿيڻ پاڪستاني معاشري جي هڪ اهم وصف آهي. ان سان اهو ظاهر ٿيندو آهي ته مرد ۽ عورت هڪ ٻئي جي لاءِ آهن. اهو دلين ۾ موجود پنهنجائپ جو هڪ ثبوت آهي. هڪ ٻئي جي مدد ڪرڻ سان ڪم جلدي مڪمل ٿي ويندا آهن. ڇوڪرن ۽ ڇوڪرين کي ننڍي ڄمار ۾ ئي ذميوارين ۾ هٿ ونڊائڻ تي همٿائڻ گهرجي. □

گهر جي ماحول ۾ ايڊز ڪيئن لڳي سگهي ٿي؟

جيڪڏهن گهر ۾ ڪو ايڊز جو مريض آهي ته ان سان ٻين کي به ايڊز لڳي سگهي ٿي پر اهو ٿيندو گهٽ آهي. گهر جي ماحول ۾ هڪ شخص کان ٻئي کي ايڊز فقط اوڏي مهل منتقل ٿي سگهي ٿي، جڏهن ايڊز لڳل شخص جي وات، نڪ يا ڪهن ٻئي عضوي جي ڪليل حصي سان صحتمند شخص جي اهڙي ئي عضوي جو جسماني ميلاپ ٿئي يا متاثر ٿيل رت جسم ۾ داخل ٿئي. گهر اندر ايچ آءِ وي يا ايڊز لڳل شخص جي سارسنڀال لهڻ مهل هيٺين ڳالهين جو خيال رکڻ گهرجي:

- متاثر فرد جي رت يا جسم مان خارج ٿيندڙ، ڪنهن به مادي جهڙوڪ، ٿڪ، الٽي، نڪ جي رطوبت، پيشاب، ڪاڪوس وغيره جي صفائي مهل هٿن تي پلاسٽڪ يا نائيلون جا دستانا هجن.
- متاثر ٿيل شخص جي ٿهل ٽڪور ڪندڙ پنهنجي زخمن تي پٽي ٻڌل هجي.
- متاثر ٿيل شخص ۽ رت يا جسم مان خارج ٿيندڙ رطوبت هٿ تي لڳي ته هڪدم صاف ڪرڻ گهرجي ۽ جيڪڏهن جسم تي رت لڳل هجي ته جيوڙا مار دوا سان صاف ڪرڻ گهرجي.
- جن ڪمن ۾ رت لڳڻ يا منتقليءَ جو خطرو هجي (هڪ ريزر يا ٽوٿ پيسٽ استعمال ڪرڻ) ته اهي هڪدم ترڪ ڪرڻ گهرجن. هر شخص ڌار ريزر ۽ ٽوٿ پيسٽ استعمال ڪري.
- سوئيون ۽ ڌار وارا ٻيا اوزار رڳو انتهائي ضرورت مهل استعمال ڪجن ۽ انهن جي استعمال مهل سموري طبي احتياط تي عمل ڪجي.

سنڌ ۾ ايچ آءِ وي/ ايڊز بابت ڪم ڪندڙ غيرسرڪاري تنظيمون (NGOs)

* **ايڊز کان بچاءَ جي پاڪستان سوسائٽي**
پهرين ماڙ، دهلي مسلم هوٽل، آرام باغ
روڊ ڪراچي- فون نمبر: 2626142 فيڪس
نمبر: 2626424
اي ميل: Shoukat@www.fascom.com

* **هينڊس**
12- اي، پهرين ماڙ، سنڌ مسلم هائوسنگ
سوسائٽي ڪراچي.
فون نمبر: 4527698-4532804
اي ميل: Hands@biruni.erum.com.Pk

* **چوت (Infection) ڪنٽرول سوسائٽي، پاڪستان**
سٽي ليب، اي 10، ڪي ڊي اي فليٽ،
سيڪٽر 11- ايچ نانگن چورنگي، نارٿ
ڪراچي- 75550
فون نمبر: 6987553 فيڪس نمبر: 4914154

* **سماجي ڀلائي جي سرگرمين واسطي زيڊ ايڇ ٽرسٽ**
4- اي 1، مبشر پلازا، ايس بي- 36، بلاڪ
13 سي گلشن اقبال ڪراچي.
فون نمبر: 4978011-4978010

* **ابتدا**
يسوع: محافظ چرچ، شيرشاه پيرش،
ڪراچي- 10433 فون نمبر: 5660901

* **ايڊز معلومات ۽ چڪاس سروسز**
اي- 20، بلاڪ 1، نارٿ ناظم آباد
ڪراچي. فون: 6678819-6678818
اي ميل: hotline@biruni.erum.com.pk

* **ڪراچي ريپروڊڪٽو هيلٿ پراجيڪٽ**
ايف 27، بلاڪ 8، ڪلفٽن ڪراچي.
فون نمبر: 5864019

* **هيلٿ ايسوسيئيشن انٽرنيشنل**
بقائي يونيورسٽي اسپتال، III بلاڪ 8
ناظم آباد ڪراچي.
فون نمبر: 981347-6618396

* **انسان دوست ويلفيئر تنظيم**
لوئر اسٽاف ڪالوني نمبر 1
چانڊڪا ميڊيڪل ڪاليج اسپتال، لاڙڪاڻو.
فون نمبر: 43166

* **فرسٽ فيمل فورم**
اي- 9 سيڪٽر 11 ايچ، نارٿ
ڪراچي- 75850 فون نمبر: 602198

* **ابوالحسن اسڪائوٽ گروپ**
ڊي- 2/35 عرفات ٽائون، سامهون بلاڪ D
نارٿ ناظم آباد ڪراچي.
فون نمبر: 6648696 پيجر: 11481

* **پاڪستان پيراميڊيڪل اسٽاف ايسوسيئيشن**
آر- 51، سيڪٽر 14- اي، شادمان- 4
نارٿ ناظم آباد ڪراچي.

* **سماجي خدمتن واسطي مشن ۽ ايڪشن**
سوٽ نمبر 100 گهٽي نمبر 4، عيسيٰ نگري
ڪراچي. فون نمبر: 4921639

* **ذهني صحت بابت ايسوسيئيشن پاڪستان**
13 هلال احمر هائوس، ڪلفٽن، ڪراچي.
فون نمبر: 573249

* **ابڙا ويلفيئر ايسوسيئيشن سنڌ**
فون نمبر: 071-30267 گهر 31661

* **آل پاڪستان گڊس ٽرانسپورٽ ورڪرس يونين**
ڪي ڊي اي فليٽ، بلاڪ سي، ٻين ماڙ،
جنرل ٽرڪ اسٽينڊ ماريپور روڊ، ڪراچي.
فون نمبر 7524822-7522422-7529734

فون نمبر: 573249
*** ابڙا ويلفيئر ايسوسيئيشن سنڌ**
فون نمبر: 30267-071 گهر 31661
*** آل پاڪستان گڊس ٽرانسپورٽ ورڪرس يونين**
ڪي ڊي اي فيلٽ، بلاڪ سي، ٻين ماڙ، جنرل ٽرڪ اسٽينڊ مارپيور روڊ، ڪراچي.
فون نمبر 7524822-7522422-7529734
*** ميڊيڪل ليبارٽري ٽيڪنالجسٽن جي قومي ايسوسيئيشن، پاڪستان**
275، پير الاهي بخش ڪالوني، ڪراچي.
فون نمبر: 4946721
*** مريض دوست تنظيم پاڪستان**
بي_ 5، گلستان لانڊي، ڪراچي.
فون نمبر 5012016
*** فاطميد فائونڊيشن**
393، بريٽو روڊ، گارڊن ايسٽ، ڪراچي.
فون نمبر: 7225284-7225343
فيڪس: 7225342
*** حسيني بلڊ بينڪ**
نشتر پارڪ جي سامهون، سولجر بازار، ڪراچي.
فون نمبر: 7222885-7215880-7210423
*** سوشل اسٽوڊنٽس فورم**
19 سي، سوٽ نمبر 3، ٻين ماڙ، 10 بدر ڪمرشل اسٽريٽ، فيز پنج_ ايڪسٽينشن، ڊفينس هائوسنگ اٿارٽي، ڪراچي.
فون نمبر: 5869882
*** آل پاڪستان آئل ٽينڪرس ايسوسيئيشن**
35_ بي شيرين جناح ڪالوني، غالب روڊ، ڪراچي. فون نمبر: 5860166
*** ايڌي ٽرسٽ،** ميناڊر، ڪراچي.
*** چمڙيءَ جي معالجن جي ايسوسيئيشن پاڪستان**
شعبي جو سربراه، سول اسپتال، ڪراچي.

*** سيودي چلڊرين**
اي_ 3/178، بلاڪ 5 ڪهڪشان، ڪلفٽن ڪراچي. فون نمبر: 571923
*** چرچ ورلڊ سروسز**
74، گارڊن روڊ، پي او باڪس 7743 صدر، ڪراچي. فون نمبر: 7215604
*** سٽيزن هيلٿ ڪائونسل سنڌ**
چيف منسٽر هائوس، ڪراچي.
*** مسيحا ويلفيئر سوسائٽي**
گهر نمبر 669، گهٽي نمبر 8 اعظم بستي، ڪراچي
*** پاڪستان اسلامڪ ميڊيڪل ايسوسيئيشن**
افروز ميڊيڪل سينٽر، نزد گلشن چورنگي گلشن اقبال، ڪراچي.
*** سنڌ ڪلچرل ايسوسيئيشن**
روم نمبر 314 ٽين ماڙ، انٽرنيشنل آٽو پارٽس مارڪيٽ مارسٽن روڊ، ڪراچي.
*** پاڪستان والينٽري هيلٿ اينڊ نيوٽريشن ايسوسيئيشن**
45_ سي، 14 ڪمرشل اسٽريٽ، فيز پيو ايڪسٽيشن ڊفينس هائوسنگ اٿارٽي، ڪراچي. فون نمبر: 583698
*** جهازين جي يونين پاڪستان**
350، سني پلازا، حسرت موهاني روڊ، ڪراچي.
*** الفلاح**
ڊي_ 83، گهٽي نمبر 3، ميٽروول، سائيٽ، ڪراچي. فون نمبر: 6656679
*** مدر اينڊ چائلڊ ويلفيئر فائونڊيشن**
فهد پولي ڪلينڪ، اي 85، بلاڪ 4، گلشن اقبال ابوالحسن اصفهاني روڊ، ڪراچي.
فون نمبر 546490-4981367
*** انسانذات جي ڀلائي لاءِ تنظيم**
133_ بي /2 پي اي سي ايچ ايس، ڪراچي. فون نمبر: 4558043
*** غازي سوشل ويلفيئر ايسوسيئشن**
گهر نمبر 95، لطيف ڪالوني، رحمت پور،

سنڌ ۾ جنسي وچڙندڙ مرض جون ڪلينڪون

1- چمڙيءَ جي بيمارين جو انسٽيٽيوٽ صدر، ڪراچي

1_ ڊاڪٽر نديم محمود خان انچارج: مردن جي ڪلينڪ

2_ ڊاڪٽر رخسانا طارق انچارج: عورتن جي ڪلينڪ

2- سنڌ گورنمينٽ اسپتال، ڪورنگي 5، ڪراچي

3_ ڊاڪٽر اشوڪ ڪمار انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

4_ ڊاڪٽر صفيا انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (عورتن جي او پي ڊي)

3- سنڌ گورنمينٽ قطر اسپتال، اورنگي ٽائون ڪراچي

5_ ڊاڪٽر سليم اختر انچارج: مردن جي ڪلينڪ

6_ ڊاڪٽر فرزانا حسن انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

4- سنڌ گورنمينٽ لياري جنرل اسپتال ڪراچي

7_ ڊاڪٽر مختيار نور ميمڻ انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

8_ ڊاڪٽر پروين انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني)

5- سول اسپتال ڪراچي

9_ ڊاڪٽر ثمينا قاضي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

10_ ڊاڪٽر سريش ڪمار انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

6- لياقت ميڊيڪل ڪاليج اسپتال حيدرآباد

11_ ڊاڪٽر عزيز احمد ميمڻ انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

12_ ڊاڪٽر شائستا شاهه انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

7- سول اسپتال دادو

13_ ڊاڪٽر علي احمد سومرو انچارج: مردن جي ڪلينڪ (پيٿالاجي ليبارٽري)

14_ ڊاڪٽر حميده عباسي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

8- سول اسپتال بدين

15_ ڊاڪٽر اسلم پرهيار انچارج: مردن جي ڪلينڪ (مردن جي او پي ڊي)

16_ ڊاڪٽر آرامي شيخ انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني)

9- سول اسپتال ميرپورخاص

17_ ڊاڪٽر اصغر علي انچارج: مردن جي ڪلينڪ

18_ ڊاڪٽر قمر بانو انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

10- سول اسپتال عمرڪوٽ

19_ ڊاڪٽر محمد يوسف دوداڻي انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)

20_ ڊاڪٽر ماڌوري لاڪاڻي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

11- سول اسپتال مٺي

21_ ڊاڪٽر سرتو ملجي هيراڻي انچارج: مردن جي ڪلينڪ (مردن جي او پي ڊي)
22_ ڊاڪٽر درپتي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

12- سول اسپتال سانگهڙ

23_ ڊاڪٽر حيدربخش لغاري انچارج: مردن جي ڪلينڪ (مردن جي او پي ڊي)
24_ ڊاڪٽر نجم حيدر انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

13- سول اسپتال سکر

25_ ڊاڪٽر عبدالعزيز ميمڻ انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)
26_ ڊاڪٽر نذهت سومرو انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

14- سول اسپتال خيرپور

27_ ڊاڪٽر عبدالخالق سولنگي انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)
28_ ڊاڪٽر صغرا نقوي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

15- سول اسپتال گهوٽڪي

29_ ڊاڪٽر سعيد احمد صديقي انچارج: مردن جي ڪلينڪ (پيٿالاجي ليبارٽري)
30_ ڊاڪٽر صابرا سعيد انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

16- پيپلز ميڊيڪل ڪاليج اسپتال نوابشاهه

31_ ڊاڪٽر محمد ناصر حسين انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)
32_ ڊاڪٽر فرزانه قمر شيخ انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

17- سول اسپتال نوشهرو فيروز

33_ ڊاڪٽر محمد ابراهيم ميمڻ انچارج: مردن جي ڪلينڪ (مردن جي او پي ڊي)
34_ ڊاڪٽر زينت فاطما انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

18- چانڊڪا ميڊيڪل ڪاليج اسپتال لاڙڪاڻو

35_ ڊاڪٽر اعجاز سولنگي انچارج: مردن جي ڪلينڪ (چمڙيءَ جي او پي ڊي)
36_ ڊاڪٽر رشيده پيراڻي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

19- سول اسپتال جيڪب آباد

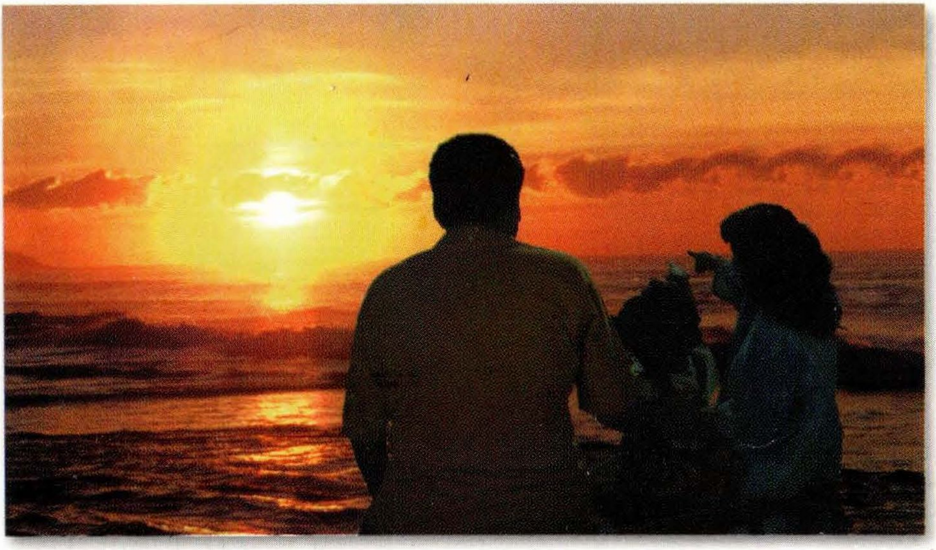
37_ ڊاڪٽر وقار سحر شاهه انچارج: مردن جي ڪلينڪ (مردن جي او پي ڊي)
38_ ڊاڪٽر نجما منگي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

20- سول اسپتال شڪارپور

39_ ڊاڪٽر اعجاز احمد انچارج: مردن جي ڪلينڪ
40_ ڊاڪٽر زاهده پروين اعوان انچارج: عورتن جي ڪلينڪ (گائني او پي ڊي)

21- سول اسپتال دادو

41_ ڊاڪٽر علي احمد سومرو انچارج: مردن جي ڪلينڪ
42 ڊاڪٽر حميده عباسي انچارج: عورتن جي ڪلينڪ



ٹچ

کنڈوم

- امپورٹیڈ
- اعلیٰ کوالٹی

قابلِ اعتماد فیملی پلاننگ

خوشیوں کا تقاضہ، اولاد میں وقفہ ...

Digitized by M. H. Panhwar Institute of Sindh Studies, Jamshoro.